C 19. C 2.



R.20
3/9

~~A n°64~~

~~A.n 11~~

~~R N°2~~

R n°3

HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.





VENETIIS, M D LXXXVII.
Apud Iuntas.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS perpetuam Felicitatem. D.





I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE *Inuictißime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea vero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi vindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, vt ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum videantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-*

gũm ſcientiae, ceterarumque, ſine quibus vita haec noſtra fere vitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſſimo, quae omnibus paſſim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, vnum medicae artis omnium vtiliſſimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum, quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis viris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Iuſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. verumtamen vt alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſſima, atque ampliſſima Gymnaſia exſtruxerint, inque ijs artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, vt ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium vi-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, vt ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse verisimile est, vt ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper vberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte vtilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; vnde fit vt vetus illud militare robur, & veram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse veteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

men non est, sapientißime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu poßit vindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id vnum scio, rem sicut maximae vtilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in vnum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, vt ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII *Card. sapientissimi ac prudentiß. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum visitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex vetustis monumentis iconibus repraesentatis*

tis ita exornauerim, vt non verear quin gratiores multo (quemadmodum ſolent ſemper posteriores curae eſſe meliores). ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, vt, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti vllus est patronus quaerendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: vt, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi voluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in veterem dignitatem & poßis, & velis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obſeruantißimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratißimam rem facturum me existimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maieſtati ipſius nomine adferrem. Quamobrem oro, vt, qua ſoles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maieſtati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre poteſt, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me

ÿs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus videri poßim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIƆ IƆ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio sicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios disiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae:
Confisus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam se se exercere relicto
Carcere maiores, populo spectante, solebant.
Haec pars ad ludos spectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis se ostentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes seruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet insuper haec pars,
Ordine quo poßint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. senectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu dispersa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc distincta labore,
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.



Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς Y]
σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧ δέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρ' ἅπερ ἔμπος.
τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίνη Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυφῶν ἀποισῆ
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

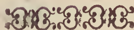
Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
Fama tripertito nominis orbe volat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, vt artes
Exstinctas veterum gymnasiumq. nouat.
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, sed tua laus hominum.



Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiēsis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
Bardesanes
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Cassianus
Cassius Iatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Jsidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Iulius Pollux
Iustinus Martyr
Juuenalis

Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Caßiodorus.
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribaſius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pauſanias
Perſius
Petronius arbiter
Philoſtratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Poſidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Epheſius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Feſtus
Sidonius Apollinaris
Soranus Epheſius
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themiſon
Theodorus Priſcianus
Theophraſtus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiſcus
Xenophon.



ARTIS GYMNASTICAE
LIBER. PRIMVS

De Principijs Medicinae.
Cap. I.



VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usque ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥυς dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia extitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

B

C

3. de Republi.

In lib. qui medicus ĩscribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cõseruatricem ualetudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagẽtem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit; quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib. 29. cap. 1. morbis versantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque Plinius credidisse videntur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus vsque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, verum etiã in Italia perdurauit: vti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & vsque ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuã, et poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρῖτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ'

οἴνου

A οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρη αὐτῷ. id est:

Lvcio affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι Ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους

B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

Sangvinem reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ Ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέ-

C βλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur supra oculos: & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec ita essent, verisimile fit, solam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi,& sub certis regu- D
lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, ꝙ plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca,& post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pue- E
ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec nō elephātiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, vt Scribonius, Largus, qui Claudij Imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum;& si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq. ge- F
nus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

Epist. 96.
8. Sympos. prob. ix.
Cap. 171.
Lib. 2. cap. 162.
In proh.
Lib. 25. cap. 3.
6. de locis affect.

nodia

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita vt carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues vniuersas regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi-

Libro 1. de abstinētia ab animalibus.

B cinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, siue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem susceperunt: quemadmodum etiam usque ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo

C ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore versari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

In Epistol. graecis uariorum.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ προεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν σύνῳδα τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρα φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est: D

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere. E

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. *Cap. 11.*



CVM igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur. tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

A uſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, ceterisque eiuſdem generis comprehenduntur, unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiũt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud veteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucißima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobilißimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates; quaeue damna ab uno- C quoque exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri ſpero, quòd in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratißimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquãda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2.đ tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Icciro non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari. Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse. ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viij. Symp. prob. 4.

Lib. viij. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.



VATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt F

runt

A runt duas eſſe circa corpus humanum uerſantes artes, medicinam, & gymnaſticam, non ob id, quemadmodum Eraſiſtratus & Sectatores, illas ſeiunxerunt, ſed communem hominum loquendi uſum ſecuti ſunt, qui, quoniam poſterius gymnaſtica medicina inuenta, eiq. adnexa eſt, eas diuerſas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid ſit haec ars exercitatoria gymnaſtica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, ſiue deſcriptione petere debemus, quam etſi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno noſtro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστική ἐστιν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc, eſt gymnaſtica eſt quae omniũ exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnaſtica ars eſt ſcientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animad- In lib. ad Thraſ.

B uertendum eſt, Galenum ſcientiam non proprie, ſed communiter, ut plerumque auctores ſolent, accepiſſe, propterea quod gymnaſtica cum pro fine opus habeat, & ſcientiae nullum opus conſiderent, neceſſario a uera ſcientia excluditur; quamuis alioqui cauſſas exercitationis uirium ſaepiſsime contempletur: eſt inſuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnaſticam a paedotribica diſtinxiſſe, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum cauſſas ſpeculatur, imperatque; haec ueluti miniſtra illius exſiſtit, perinde ac gymnaſta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noſcebat, easque, prout ſanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuerſis homi-

C nibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & poſſent, re ipſa demonſtrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus ſub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: ideſt: Paedotribae hoc edocent praeuaricari ſecundum leges, iniuriã facere iuſte, decipere, furari, rapere, uim inferre honeſtiſsime, & turpiſsime. Nam ſi quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aeſtimet, liquido conſpiciet ualde ijs aſsimilari, quae a Polybo ſcripta ſunt, ſicq. gymnaſtam, & paedotribam non parum diſsimiles fuiſſe: uerumtamen, cum interdum unus utriuſq. munus impleret, non immerito exiſtimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem eſſe, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perſungitur; attamen Galenus eas eſſe diſtinctas uoluit, dum gymnaſticam uocari reſpectu habito ad ſolam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipſa nobilior eſt; paedotribi- In primo de dieta.

cam

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem conten- D
dit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbi-
trām, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum
vna gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut
pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica
medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellan-
tur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis esset gym
nastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. com
probare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptū reli-
quit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ πε-
ρὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γέ-
νος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς
ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην
ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E
τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμῇ, μή-
θ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῆς περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παι-
δοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν
δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa par-
tem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est conside-
rare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qua-
lis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura di-
sposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessa-
rium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasti-
cae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum,
& scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymna-
stici est hāc potentiam praeparare. Quibus verbis clare satis patet,
tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pa- F
cto, quo a Galeno: tum etiam gymnasticam a paedotriba distin-
gui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intel-
ligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita di-
cere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam om
nium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarie-
tates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conser-
uandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuen-
di. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque
perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum
etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent:
differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Grae
corum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq.
exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes
uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differētiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in Lib.xvj. cap. 4.
B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, re- Lib.1. de re mil. ca. 13.
munerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, necante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, vel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse; qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De gymnasticae subiecto, & eius laudibus. cap. IV.



VM iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout ἔυεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum F esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel causam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A cenſuerint, in qua talis ars deſideraretur, nec immerito quidem, quoniam ſi animi ſemper habenda eſt cura, neque ille abſque corporis auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profecto ſtudendum eſt corporis ſalubritati, bonoque habitui, ut & animo inſeruire, & eius operationes nequaquam impedire, ſed adiuuare poſsit: propter quod in Protagora Plato eum eſſe claudum appellandum dixit, qui ſolum animum exercens, corpus ignania atque otio conſumit. Quantum porro ars gymnaſtica ad hunc habitum adipiſcendum, ſanitatemque tum conſeruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Ariſtotelis certiſsima teſtimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui ſe infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocaſſe, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, ſola gymnaſtica conſeruaſſe gloria-
B tus eſt, ut nullo pacto nobis mirandum ſit, ſi maiores noſtri uſque adeo corporis exercitationes aeſtimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclariſsima exercendis corporibus loca, qualia gymnaſia, & Romanae thermae fuerunt, exſtruxerint, uerumetiam in quibuſuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id deſignaretur, & quotidie in uſu eſſet.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnaſtica, *Cap. V.*



VAMVIS Galenus medicorum omnium poſt Hippocratem princeps eius ſententiae fuerit, quod gymnaſtica ars Homeri tempore nondum reperta eſſet, ſed ſolummodo paullo ante Platonis tempora principium
C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipſomet Poeta deſcripto ſemina quaedam illius iacta fuiſſe, quaſique primordia eluxiſſe uериſimile uidetur, niſi quoq. fateamur potuiſſe faciliter multo prius exſtitiſſe, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam eſſe, aut ſcriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuiſſe, id quod credere non eſt penitus abſonum, ſi quod alibi Galenus ſcriptum reliquit, uerum eſſe non negamus, cunctos homines ad muſicam, atque gymnaſticam propenſos naſci, nec quidnam reperiri, quod corpus, atque animum hiſce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Aſclepiadas iniuſtos omnium exercitationum & aeſtimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnaſticam naturalem homini eſſe, & iccirco ſemper exſtitiſſe perſuaſum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymna-

Primo de tu.valet.

ſticae

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potue- D
runt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homi- E
nes temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſsimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισίν θ':

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe F
Mittentes:

Et vigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠ' δὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ab bellorum, hostiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cócurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus, quoniam homines praemiorũ gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- In 3 parti. prob. 8.
B pati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Pisis, siue in Elide, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerũt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,
C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines existere: uerum enim uero crescente luxu, multisque a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus acquirendi Tertio de repub.

finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atq. etiã D
posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirũ in modũ corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addẽtes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdã praeceptis, ac terminis concluserunt, atq. ita artem totã pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, i. ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quã ob habitum corporis bonũ obtinendum sanitatemq. conseruãdam exerceri, hoc autẽ primos omniũ effecisse Hippocratẽ, Dioclẽ, Praxagorã, Erasistratum testatus est Galenus 38. cap. lib. ad Thrasybulum. Quamobrẽ ex his clarũ factum arbitror quomodo ars gymnastica principiũ, incrementa, & statum, necnon quo tẽpore susceperit. Siquidẽ primũ in bello Troiano dum milites Graeci in arenã ex nauibus descẽdentes (unde post emanasse prouerbiũ In arenam E
descendere opinor) inter se certantes ad bellũ exercebantur tũc apparere coepit, artisq. agonisticae, & gymnasticae nomen etiã accepit. Postea ad sacrificia & hominũ uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiã athleticae appellationẽ cõsecuta est, & apud Galenũ uitiosa gymnastica nominata fuit. Demũ ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniũ sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cõclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor
„ dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neq. in-
„ dustrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu,
„ armis, equo. Verũ enim vero haec ars (ut testatum reliquit Marcus
Varro) apud Graecos solũ in usu uiguit, quamdiu rura colentes Ro- F
mani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquã cresente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorũ urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idẽ Varro conquestus sit suo tẽpore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omniũ maxima & speciosissima fuerãt: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiã destructa fuerũt, & simul cũ ipsis ars non paruam iacturã passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

In secundo de re rusti. in prooe.

Lib. 3. sympo. 6.

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti vsus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad excitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde allucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime vsos, nulla firma ratione probat. Li. 14 cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.

Gymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum
B facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex verbis Galeni in secundo de tu. val. scriptis manifesto comprobatur, vbi narrat gymnasium fuisse publicum in separata vrbis regione locum exstructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerũt, quoniam exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, vnde Martialis libro tertio.

Gimnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardesenes apud Eusebium lib. vj. de praeparat. Euang. cap. viij. Graecos ait non potuisse vlla vi syderum prohiberi, quin in
C gymnasijs nudis exercerentur corporibus. Quamuis etiam quandoque sub nomine gymnasij omnem locum, vbi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea haec vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cõdidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nõ fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si

In Anach. Dialogo. credendum est Soloni apud Lucianum,& M.Tullio Ciceroni,qui D in secundo de Oratore scribit,gymnasia delectationis,& exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos versus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae.
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua E ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vrbe tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λύκειον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum In Anach. fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in F vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse 4.Epist.fami.epis.12. scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica, Corinthum quoque gymnasiũ habuisse

Craneum

A Craneum vocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum, ruinis, quae ad hanc vsque diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij. In libro de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vsum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymna-
B sij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, vt ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam vnicuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis varia hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque vllo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corpo-
C rum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re versatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (vt semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius archi tecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis

probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae D
ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, nō dubitarem, vt erat homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



Vnc mihi videtur, (tametsi non sint Italicae E
consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, vti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. vti cum tempestates ventosae sunt, non posit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedesq́, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare posint. In duplici autem porticu collocentur F
haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in versura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque

sinistra

A ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus vna, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, vt in partibus, quae ſuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſqui pedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυςὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & B duplicem porticum deſignentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci παραδρομίδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſsint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria videbantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.



Figura palaestrae cum peristylio quadrato

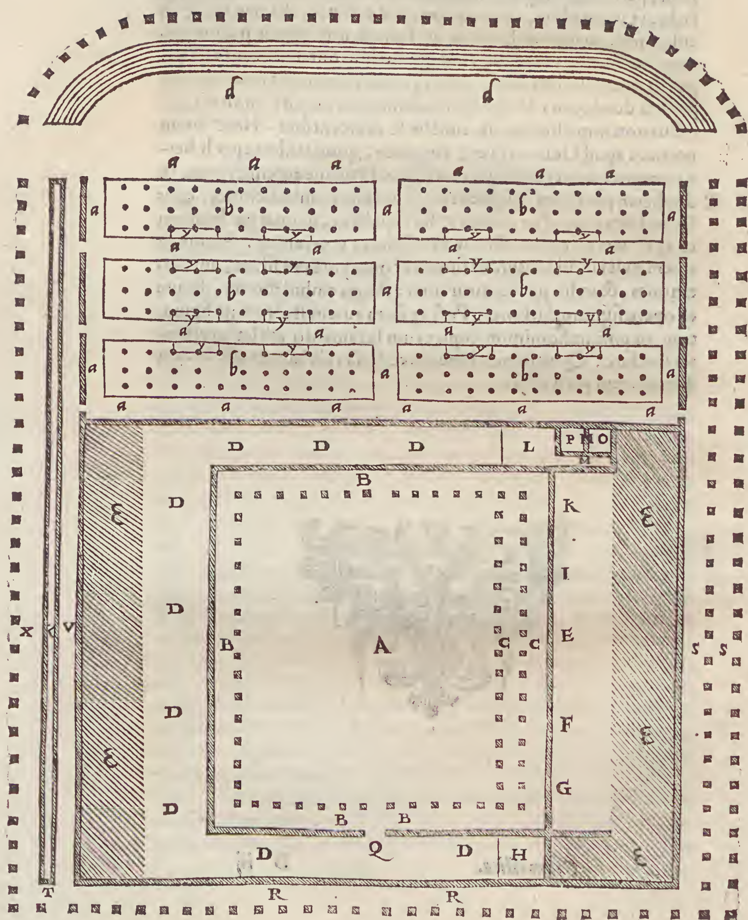
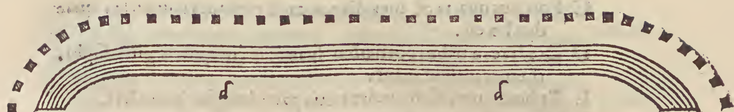


Figura palaeſtrae periſtylio oblongo

Occaſus



Meridies

Septentrio

Ortus

A Peristylium in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum stadiorum. D
B Tres porticus simplices.
C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuersa, quae duplex est.
D Exedrae in tribus porticibus spatiosae, in quibus philosophi, rhetores disputabant.
E Ephoebeum, idest exedra tertia parte longior quam lata.
F Coriceum a parte dextera.
G Conisterium.
H Frigida lauatio in versura porticus.
I Elaeothesium ad sinistram ephoebei.
K Fridarium.
L Iter in propnigeum in versura porticus. E
M Propnigeum.
N Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex vna parte P laconicum; Ex altera O calidam lauationem }
Q Exitus e peristylio
R Porticus extra palaestram prima exeuntibus.
S Porticus secunda spectans ad septemtrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.
T Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.
V Margines circa parietes.
X Margines ad columnas.
Z Medium excauatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali. F
α Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.
β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.
γ Stationes ex opere signino.
δ Stadium ita figuratum ut possent hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare.
ε Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palastrae necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

De

A *De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant. Cap. VII.*



Anta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10. meth. Epist. 57. B

Sed vos saeuas imponite leges. Saty. 7.
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam siquis recenseat mea sententia a vero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris proprijs C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui vt exercitationũ obserua tiones, atq; modos addiscerēt, ad gymnasia accedebāt, vbi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebāt exercitationes, edocebātur; Adolescētes liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōuincitur ex illis Par menonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereā sub forma Eunuchi Thaidi offerēs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaestra, in musicis, q̃ liberũ scire aequũ est adolescentē, sollertē dabo. id qđ clarius infra demōstrabo. Tertiũ genus erāt Athletae qui ibi se exercebāt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populũ delectare, necnō victoria ac praemijs potiri. & qđ hoc fuerit, ꝑter Vitruuij auctoritatē Suetonius clarissime demonstrat dũ refert E Nerone quandoq. gymnasiũ ingredi solitũ, vt certātes athletas spectaret. Quartũ genus erant oēs illi siue nobiles, siue ignobiles, q̃ vel militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuēdae sanitatis, & boni habitus cōparandi gratiā varijs exercitationũ generibus incũbebant, de prioribus est locus apud Casiodorũ lib. v. epist. 23. male a Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit. Ostēt iuuenes nostra in bellis, qđ in gymnasio didicere virtutis. In posterioribus vero Galenũ nostrũ numerare possumus, cũ scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationē summi humeri in palaestra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabātur, licet. n. frictiones fierēt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine vlla exercitatione seorsum ab alijs, vt de Vespasiano tradit Suetonius, solũ fricabātur, quod intelligi pōt ex F Galeno frictionē ad exercitationes praeparatoriā a reliquis distinguēte. Sextũ genus erāt, q̃ lauabātur, atq. hi erāt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, qđ diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cōmunibus habebāt, vbi soli diuersis tēporibus lauabātur, multi erāt q̃ etiā solia vel lignea, vel argētea (qđ recitat Plinius) secũ ferrēt, ne pedes nudos collocarēt vbi vilissimi quiq. ponebāt, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum Imperatorē lauari solitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in gymnasijs reperiebantnr, quoniā uel exercitationum vel balnearũ gratia vngebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conueniebant, qui nō ob aliud, nisi ad videndos exerci-

In Eunucho.

In 1. de artic.

2. đ tu. val.

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant. Quo in loco id etiã animaduertendũ cẽseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detẽti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas Lib. 2. cap. 41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.
Spirat &

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbãdi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio Primo de alim. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Pulueruelentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores vna cum viris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine cõsequendam, vt Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinãdi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D



ITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solũ palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis cõstat, quãdo nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Romanos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quãquã Vitruuij E auctoritatem nunquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παραδοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quãdo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiã a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquã in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã F philosophũ audire malũt) quod in eos dicebantur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, versatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae veluti scholae quaedã vbi possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatẽ, vel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pactiones

nes

A nes facere ſolitos, qui ſimul exerceri, ac certare volebant: quamquam ſciam Philandrum eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes excerentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in ſuo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrũ uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum ſextũ annũ pueros commercium ullum habere uetabãt, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. itẽ negare poſſumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe, cũ is cuiuſdã aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiuerat, mentionem faciat: & praeterea in ſecũdo de tu. ual. ſic ſcribat: *οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες.* i. Sic autem, & quicunq. per funẽ ſcandit quemadmodum B pueros in palaeſtra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis constaret, etiãſi id quoque Plautus in Bacchidibus apertiſsime teſtatus nõ eſſet, ubi Lydus Piſtocleri paedadogus patrũ erga filios ſui temporis indulgentiã taxãs de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Lib. de pa. ad Poſth.

Nego tibi annis viginti fuiſſe primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras
Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum
Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.
Ibi curſu, luctando, haſta diſco pugilatu, pila
C *Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.*

Vnde mihi cõijciendũ uidetũ pueris ſummo mane palaeſtrã adeundi praeceptũ fuiſſe, ut uirorũ, qui tũc non aderant, cõmercium uitarent, atq. etiam litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet. etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inſeruiebat, alias a Graecis *ἀποδυτήριον*, & a Galeno *γυμναστήριον* uocatus. Niſi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniũ maxime neceſſaria extitiſſe dicendum eſſet, quã non ſolũ in publicis gymnaſijs, uerũ etiã in priuatis affuiſſe credo, ſi quidem Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae Lib. 2. & 5. Epiſt.

ſuae

suae Laurẽtinae ac Tuscorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde D illorũ sentẽtias probare nequeo, q Coryceũ in Vitruuij textu legẽdũ putarũt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis agerẽt aut couriceũ pro tonstrina, aut coriceũ tãquã in eo puellae, & virgines κοράι a Graecis uocatae exercerẽt. Quarta pars erat eleothesiũ a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atq. in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungebantur, redungebãturq.. Sed, quoniã opportunitas rei postulare videtur, ut de hoc gymnastico ungẽdi munere uerba faciã, neq. Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicã: primũ, quãdo, & q ungerentur: secundũ, quae esset unctionis materia: tertiũ, cuius finis gratia ungerẽtur: quartũ, quo modo, & a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasiũ ueniebãt, maiori ex parte spoliabãtur in apodyterio: postea horũ nõnulli, & praesertim qui uel luctã, uel pãcratiũ inire intendebãt, (nã pugilatores, cursores, ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ ingredientes ungebãtur, atq. ita uncti ad locũ, vbi erat puluis, de quo loquar inferius, trãseuntes puluere cõspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes diuersas diuersi prodibãt: postquã uero sese, quãtum libuerat, exercuissent, iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Mediastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis, E

Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

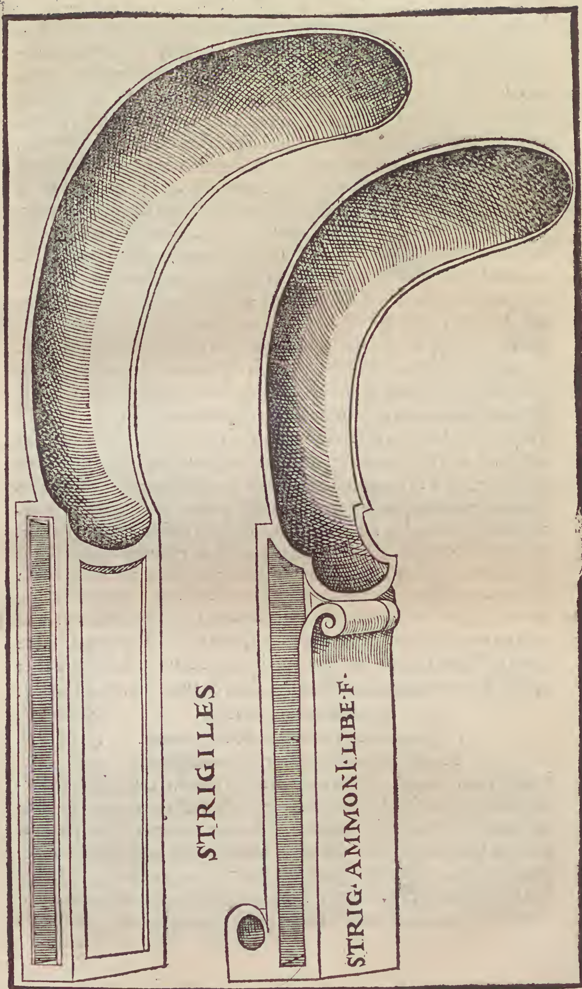
detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae deradebantur, simul mixta in usum medicum adseruabãtur, & ab Atticis κονίσαλος, ab alijs vero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Plinio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicenna libro secundo faciat mẽtionem etiam sudoris sicci athletarum, quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. & quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel linei, neque communiter semper administrabantur, sed quisq. proprium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum alijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v. F

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei strigiles erãt, quorum pictura hic ponitur, quiue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.

Li. 2. epist.

Lib. 1. c. 3. Lib 34. c. 8. Li. de sim. me. 81. & 4. de tu. ua. Libro 5. & 10. de sim. med. & lib. 2. c. 17.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnunquam inuncti balnea ingrediebantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo, modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li.21.c.19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tẽpora, interdũ post balnea, quod Homeri tẽporibus obseruatũ legimus, ut in 3. Odys. Αυτὰρ ἐπεὶ λούσεντε ϗ ἔχεισε λίπ' ἐλαίω, i. Postquã lauit, & pingui oleo unxit. & lib.4. iterumq. 17. τὺς δ' ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν, ϗ χρῖσαν ἐλαίῳ, i. Hos autem post quam famulae lauerũt, & unxernnt oleo: interdum quoque ante, sicuti refert Galenus vj. de ualetudine conseruanda. De Archimede quaedã apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. abaco incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui abstractũ ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figuras mathematicas saepe designare consueuisse. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit. E
Aristotelis tẽpore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebãtur: Is. n. quincta problematũ particula scripsit, iccirco aquã oleo admixtã, quando exercitatis adhibetur, magis lassitudinẽ tollere, quã oleũ simplex, quoniã ita interius penetrans exsiccata mẽbra humectat addo etiã ex Hippocrate II. de diaeta minime huiusmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incalescãt auctor est Plinius Graecos uitiorũ omniũ genitores oleũ primos in gymnasia inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharmacum, quoniã eo peruncti athletae insanirent. Butyrũ quoq. apud nõnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleũ, interdũ pro un
li.11.c.14. & li.28.c.9. gẽdis exercitãdorũ corporibus in usu fuisse testatũ reliquit Plinius;
3. de alimẽ. fac. c.15. & post ipsum Galenus: fuit & aliud mixturae genus posterius inuẽ F
tum ex oleo, puluere & cera cõmixtũ, quo ungebãtur: atq. illud ceroma a Plinio vocatũ inuenio, quo iuuẽtutẽ Romanã corpora exercendo uires animorũ amisisse dicit: sicut & apud Martialẽ libro 4.

Seu lentum ceroma teris & *libro V.*

Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & *lib. VII.*

Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilissimis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cũ post exercitationes, & post balnea infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum genera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruiebant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quãdo scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum

amo-

A amorem, nō item mulierū coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mādauit terrarū puluerem oleo admisceri solitū, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cō sueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimū vsum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἁφὴ uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτὶ nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens. lib. 1. epist. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,*
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeū, uirū sane doctissimū, q in suis ad Pandectas adnotationibus hoc nō uiderit, malueritq. ἀκονιτί, i. ἄνευ ἀγῶνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, q credāt oleo exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuādas lassitudines. Galenus sentit oleū tam ad exoluendā praeteritā lassitudinē, & futurā mitigandā, quam ad praeparandū ad motus cōduxisse. quibus cerā additā cum Galeno opinor, quo oleū alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebātur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquā etiā aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis unguētis, aut sicci diapasmatis ad cōprimendū immoderatū sudorē, 6. de tu. va. c. vlt.

li.13.c.2.& li.21.c.19. lib.1. ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis. D

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate virus.

Ceterũ quo modo ungerentur, nil certo definitũ inuenio: est tamẽ ualde probabile, nõnullos, cũ prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterũ ab altero uicissim unctum, qđ Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiã a seruis gymnasticis, atq. reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorẽ unctionis penetrationẽ fricantes tandẽ uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidũ, alias calidũ, alias frigidum linimentũ applicabant: atq. haec omnia ut plurimũ in Alipterio fiebãt: qui nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. 7. lib. 4. ac Martialis lib. 14. existimo illud eos agere solitos, ut sordes a corpore melius eluerent, atq. exsiccarent, quantum .n. abstergere possit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris, E

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

li. 35. c. 15. & Aegyptius, quẽ Romã in hunc usum aduehi solitũ refert Suetonius in Nerone, quemadmodũ & Patrobiũ Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenã tenuissimam, non multũ a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandẽq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cũ reliquis militaribus cõmercijs portatã. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnã describens loquitur. F

Inquies vicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἁφὴν namque tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.



HACTENVS quinq. Gymnasij partes, quae etiã in palaestra graecorũ a Vitruuio descriptae inueniũtur, Philosophorũ exedras, Ephebaeũ, Apoduterium, unctuariũ, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodẽ praetermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaq. sexta pars locus quidã palaestra uocatus,

A catus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quã scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatũ, appensionẽ manibus ad funes exercitationem qua stabant pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigebãt qua pódera manibus attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneum, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q. F. pri-

B ma, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos.

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partẽ, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasijs?
Miser ah miser. & Afranius scribens.
Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest,
Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

C Quod autem a Palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmẽta quãdoque a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra*. necnon Plato in Charmide pro Taurei palaestra locũ significauit quo uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum, ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratiũ non cur-

In Bacchidibus.
2. de tu. ualet. ca. 9.
6. collec. c. 14.
De Berecithim.
li. 1. ca. 36.
li. 5. de sim. med.
lib 1. de legibus.
lib. de claris Orat.
lib. nat. histo. 27. c. 4.
Prob. 4.

sus, non pugilatus agerentur. queadmodũ & Galenus quandoque D palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur quo pacto accipiendũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs esse oborta, qui in palaestra, & gymnasijs exercebantur. Forsan autẽ dubitauit ali-

2. de tu. ual. cap. 9.

quis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniã Galenus ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
„ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
„ καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκεντρον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
„ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
„ λαίστρας δεῖται. i. Sed & haec absq. palaestra, & alto puluere in quo cumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incũbentes, vel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita respõsum uolo, E etiã in palaestra fuisse stratũ puluerem, sed humilem, ac modicũ, ita ut duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterũ extra palaestrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroq. usus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terrã deijciebantur, mi nus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebãt, atq. inde robur maius cõparabant. Quae om nia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n.

lib. 11. de usu partiũ. & li. de causis procatarticis.

alto puluere locutum puto Galenũ, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescen tem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasiũ se contulisse: quod ex ijs F esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerce ri uellent. Quod palaestra quoq. dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cuncta pilae exer citia, quae plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius,

lib. 2. c. 4.

quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceũ a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendis Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristiriũ una cum alijs exstructũ fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Pliniũ, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaerist irium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari potest, lib.2. epist. & 5.
ubi haec Vulpiani verba leguntur: Cũ Aurelius Quinctus hospiti lib.17.c.16
suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristiriũ & hy- ”
pocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impẽsa faceret. Vn- ”
de quoq. facile conijcitur in spaeristirio nedum pilae ludos, uerũ ”
etiã alias exercitationes fieri consueuisse, quãdo & in ipso Vespa- ”
sianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius (sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota peristylij areã quae & ad subministrandã porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad spatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum conculcatũ paullo ante ex Ga

B leno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantũ solo forent. In his cursum factũ existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quã perystiliorũ quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiã saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdũ habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocãt porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambu-

C labant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandũ amoenitatem, atq. illis, qui a sole offendebantur, umbrã. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athe- lib.12.
nis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De ijsdem Loco citato.
quoq. Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium lo In Oecon.
cum intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationẽ in uijs, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ ”
πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. ”
φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, i. Tuo autem, & meo ”

socio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorē lassitudinem ijs, quae fiunt in cursibus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis, tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc est, ambulanti mihi in xysti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xysta Graecorum. D

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio. Cap. X. E



DECIMA gymnasiorū pars fuit Balneū, quā ob delicias, atq. sanitatem omnium maxime aestimatā fuisse certū est, quamue cunctis alijs maiorē, & pulchriorē exstitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tēpora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tēpore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usq. ad Asclepiadis & Pōpeij aetatem, non erat quando ut scribit Hippocrates, & Galenus nondum publica balnea, aut priuata accōmode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebāt pro uarijs lauandorum cōmoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Seneca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus refulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argētea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gēmas calcare uellent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptū qui lectitarit, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorū balneis paullo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solū (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primā horum cōmentariorum editionē F

3. com. de uic. acut.

Epist. 87.

lib. 6. lib. 1. Sil.

uniuer-

A ſam de Balneis materiam abſolutiſsime tractauit) explicabimus. Primo, qualia eſſent, & quae loca balneis deſtinata: Secundo, quae uaſa, & aeris diſpoſitio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarentur: materiã enim, qua lauabãtur, plerumq. aquam dulcẽ uel pluuia collectã, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatã omnes ſciunt. & quãuis apud Galenum aliosq. ſaepenumero de medicatis balneorũ aquis mentio fiat, illis tamẽ aegroti, aut ualetudinarij utebantur, nõ gymnaſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus. niſi immenſam Neronis & profuſam libidinẽ in medium adducamus, qui dulcibus nõ contentus aquis, marinas teſte Lampridio, & Suetonio atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneũ uniuerſum cõſtituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuiſſe repe- lib.3.epiſt. ad Q. Fra. epiſt.1.
B rio, frigidam lauationẽ ſiue λϐτεϱν, frigidarium, tepidarium, ſudationẽ calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inſeruiebant, fuerunt hypocauſtum, aquarium, & uaſariũ. Haec omnia loca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſsũt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recẽſeri, quam a Vitruuio deſcripta inueniantur, quoniã, quae ipſe deſcripſit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exſtruere coeperant, in quibus multo Graecis laſciuiores, plura etiam loca diſpoſuerunt. Frigida lauatio, ſiue λϐτεϱν, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praeſertim piſcina, alias baptiſteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis uſu ab auctoribus citata poſita erant, tum ob aeſtatẽ quando ſimilis laua-
C tio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur ſiue ob ualetudinem, ſiue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quem rariſsime in caldarijs, fere ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lãpridius. De huius uſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſentẽtia uideri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Heliogabalũ numquã in piſcinis ſe lauari paſſum eſſe niſi illae croco, alijsue pretioſis unguentis fuiſſent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatũ, qui ſtatim poſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neq. enim ulla ibi aquae uaſa reperiebantur, ut poſſent aeſtate plures conuenire. nõ defuerunt qui in hac parte piſcinã pro natationis ſtudioſis, de qua copioſius lib.3. tractabimus, poſitã fuiſſe crediderint. At mihi ueriſimilius uidetur eam in frigida lauatione, ubi alia frigida aqua ſeruabatur, exſtitiſſe, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parũ distabat, adeo ut loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeũ, frigidam lauationẽ, & reliqua loca transire necessum esset: tum q̃a probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaq. nudos cõspici honestũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod D
2 d̃ re rust. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. uale. 10. col. c. 6. Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quã ruri apodyteriũ quoq. fuisse balnei partem, quemadmodũ etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasteriũ temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidariũ ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor statuit, calidarium, calidã lauationẽ, quam λȣτρὸν uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquã hic dubitare debet quũ Vitruuius unã partem, Galenus aliã λȣτρὸν uocent, quandoquidẽ non est rationi dissentaneũ, utrasq. eo nomine designatas esse, cũ in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorandũ est, publicas baleneas hanc partem admodũ uastam, & cuiuis peruiã habuisse, ita ut uestimenta eorum qui lauabantur, facile surripi possent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius esse plectendos quemadmodũ praeceteris copiose docuit Aristoteles sec. xxix. prob. xiiij. quamquã & capsa, reos uocatos in eum conducere usum consueuisse balneatores atq. alios sciam ut uestimenta, lauãdorum a furibus conseruarent, quod intellexisse puto Iuuenalem eo uersu x. Saty. E F

Quem sequitur custos angustae vernula capsae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum custode foris tunicam seruante puellae.
Certent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper
Et supra togulam lusca sederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inseruiebat, tum illis, qui tẽpore aeris aut aquae, vel vtriusq. ob uoluptatẽ, siue ualetudinẽ frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam laua-

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro m.dio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiēdum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicū coniuncta interdū fuisse saltem post Vitruuij tēpora opinamur, etsi is lib. lib. 3 epist. ad Q. F. ep. prima.

B v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullā aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimū instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec contra sui temporis mores scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianā c uditatē Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorē prouocabat, haud aliter, ac super Baias mytretis, ubi tēpore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epist. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3. ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de re rustic. li. 1. ad Vallam.

sane myrteta relinqui
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
C *Sulphura*

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicū uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum, Lib. 6.
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo,

quoniam

quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cõsueuisse tradit Plinius, exercerẽt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleũ addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij: D

v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici solio copiose exspuẽdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantiũ firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae cõtinendae positis referta, in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenẽ apud Galenũ viij. de cõposit. medicam. sec. loc. uocasse ζεστόν. Erat nãq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã est in cõtrouersia positũ. E

x. Metho.

Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ construendis nullã tepidarij mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte meminit, nõ sum admodũ certus. quoniã si illud sub cõcamerata sudatione intellexit, sequeretur etiã in tepidario sudari cõsueuisse, cũ tamẽ in superiori capite sudationes & tepidariũ distinxerit; si sub calida lauatione tepidariũ ab ipso cõprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiusdẽ libri initio tamquam diuersa fecit? Itaq. dicendũ est forte concameratã sudationẽ & laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorũ palaestrae id non haberẽt. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum partẽ, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit. nisi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον significasse totum gymnasiũ ipsum. Atq haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorũ partibus. Fuerunt & innumera fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi nõ est instituti nostri uerba facere. Quae autẽ loca non essemt intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum cõtinebant, quod secundũ Vitruuij descriptionẽ erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendũ tum aquã, tum praedicta loca ignis succẽdebatur, & ne exstingueretur a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur, de lignis autẽ in hunc usum adhibitis narrat Plutarchus x. prob. lib. iij. sympos. aediles cauisse ne ignis balnearũ ex olea succende- F

cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliũ,qđ horũ nidores graue dinẽ capitis, & uertigines lauantibus inuehant praedictarum pilarum apud Vitruuium lib.v.cap.x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldariorum ita sternẽdum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non posit intro resistere,sed rursus redire ad praefurnium,atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione.De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. lib. 1. S1.

Crepantis
Auditura pilas, vbi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem voluunt hypocausta vaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quã graui errore uersentur illi,qui Hypocaustũ,& Laconicũ idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca iij.nat.quaest.cap.xxiiij.nec non epist. xc1. tẽpestate sua B inuentos esse parietibus impressos tubos,per quos circumfunderetur calor,qui ima simul,& summa foueret aequaliter:illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu expirante vaporem.

Horum autẽ tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae cõspiciuntur in Diocletiani,atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedã erat propnigeũ, quasi dixeris praefurniũ a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi,atq. calidario ad- C nexa,in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendã aquã ex aquaeductibus,aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidã lauationẽ,& calidã per fistulas corriuandã. Non lõge ab hoc situm fuit uasarium,ubi uasa cõseruabantur balneorũ seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat.de hoc ita tradidit Vitruuius:Ahenea uasa supra hypocaustum tria cõposita fuisse,unum calidarium, alterum tepidarium, tertiũ frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium,quãtum aquae calidae exisset,influeret, de frigidario in tepidarium ad eundẽ modũ. De aere balneorũ, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebãt. Quod Oribasiũ significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam uersas cõstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset,utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in lib.5.c.10. lib.9.coll. Cap.10.

medio

medio camerae foramẽ latũ relinqueretur, sub quo labrũ exstrue- D
batur: circa labrũ erãt spatiosi quidã margines, aut porticus, a Vitru
uio scholae uocati, in qbus occupato a prioribus lauationis loco reli
qui circũspectãtes recte stabant, nec suis umbris lucẽ, q̃ superius ca-
Epist. 87. piebat, obscurare poterãt. De aeris porro intra balneũ exsistẽtis sta-
lib. 8. sym. prob. 9. tu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptũ reperio, an
tiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alex. in
lauacro ẽt febriẽs, Galatarũq. mulieres pultis ollas in balnea ferẽtes
una cũ pueris lauarẽtur, & mãducarent; at eorũ tẽpestate maxime
calidas in pretio habitas fuisse, adeo qđ de illis dicere licebat *Huc*

Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens E
Faustinae, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tẽpore Galeni, qui paullo post Senecã, & Plutarchũ
floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquã fuerunt. Quinim-
mo etiã morẽ illũ calidioribus utendi haudquaquã tunc omnibus
Epist. 87. cõmunem fuisse, sed aliquibus peculiarẽ, pro cõperto habeo: etsi Se
neca testat̃ apud ueteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio fun
ctos esse, intrandi ea balneorũ loca, quae populũ recipiebant, exigẽ
diq. munditias, & utilẽ ac salubrẽ tẽperaturam procurandi: sed tem
pore suo illud in desuetudinẽ abijsse, ut balnea tunc similia incẽdio
forẽt, narrat Plinius lib. 33. cap. 9. vt cõualescẽtes balnearũ aestus to
lerare possent salẽ linguae subditũ praestitisse. Vasa quibus lauabã- F
tur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae nõ mouebantur, ex
lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione,
in frigida piscinae & baptisteria nũcupabantur: adeoq. magna erãt,
ut etiã in ipsis aliquo pacto natare cõcederetur: atq. horũ uestigia
adhuc Romae in aliquibus thermarũ ruinis cõspiciũtur: Quae mo
ueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimũ fierẽt; attamẽ
in publicis quoq., sed ob priuatorũ forsan vsus, exstitisse opinor: &
haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratã, alia quadratã oblon
gã; alia rotundiusculã, alia oualẽ, sicuti nunc apparet ex uetustissi-
mis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autẽ unã dũtaxat formã da-
mus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerũ antiquarũ monu
mentis cõmunicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis re
bus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
CACCABV
ORCEOLVM
TRVLLA BAL'
NEARIA
SOLIV

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
Lib.7. alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis mandata leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.
Lib.9.

Non silice duro, structili, ve caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Sat.9. *Exitus hic est*
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus extitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi non postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus: aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atque inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gymnasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemadmodum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, & F

Libro 1. de re milit.

ab

A ab exercitationibus, uel ſole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec ſolum dulcibus aquis, ſed & medicatis ob delicias uſos homines teſtatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti conſueuiſſe, quod non poſſent, neque ferrent cibos capere niſi loti, auctor eſt Plutarchus, qui In libro de tu. ualet.
Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico relatum eſt; ut non temere Plinius in medicos inuectus ſit, quod perſuaſiſſent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientiſſimi uero efferentur. Aetius li. 6 cap. 10. Lib. 29. cap. 1.
Summatim ob quattuor cauſas balnea in uſu exſtitiſſe ſcribit Cle-
B mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγιείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, ſiue ob ſanitatem, ſiue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas laſſitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπογναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robuſtiores redderentur, calorq. naturalis intro repulſus maior euaderet; ideoque fere poſt calidas balineas ea adhibebatur. quẽ uſum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Muſam Auguſti medicos, fratres, monſtraſſe refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Maſſilienſis, damnato calidorum balneorum uſu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atque in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adſtipula- Lib. 3. pae. dag. c. 9.
C tio, ſeſe phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribaſium (ad prorogandam uitam, multaq. alia praeſtanda, frigidam lauationem conferre opinati ſunt; haec enim de ſeipſo refert Agathinus. Equidem ſaepenumero a cena cum aegre in ſomnum delabor, propter aeſtum, in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt quam iucundam noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil ſoluiſſe, teſtatur Iuuenalis. Li. xxviij. cap. 4. li. x. colle. cap. 7. „ „

Nec pueri credunt, niſi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib. 10. Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi scribit, *Balnea post decimam lasso, centumque petuntur.* D

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs cõtingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur; pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & asiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3 de comp. med. s. G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit comoedis omnibus vna satis.
Hunc ego crediderам (nam saepe lauamur in vno)
Solicitum voci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, verpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquisimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λούτρῳ χρόα φαιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recremẽtis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nõ patiebatur vtrũque sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit. lib.10.c.3. Lib.5.c.10. Sat.6.

B *Grauis occursu, taeterrima uultu*
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tempestate Martialis confirmauit.

Omnia feminеis quare dilecta cateruis
Balnea deuitat Blitara? & — Lib.11.
Cum te lucerna balnea or exstincta — lib.3. in Vetustinam.
C *Admittat inter bustuarias moechas.*

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib.3.c.5.

non pauco tempore eum morem &, Romae, & alibi perdurasse, ut D feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Casius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amisionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae E Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: tot nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum inuenisse Martialem eo uersu uideri potest.

Epist 87.

Lib. de tre. rig. & spos.

In libro de paruae pilae ludo.

Lib. 4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundissimam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

lib. 31. c. 3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano. Lib. 5.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora

Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperum fuisse constitutum. cum enim semel duntaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib. 4.

Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminem nisi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticũ, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, post horam octauã in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. Lib. 13. Ep. ultima.

Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς.i. sine timore, & iucũde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.

C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικη a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγογὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem breui comparasset, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat, lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap. 3. 4. Flor.

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystũ seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri septo diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atque has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnasijs.

D

E

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI.

F



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, siquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum

fuisse

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus nostris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum unde nam hae duae consuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex recentioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem reliquerit. Quod an ob 3.partic. Prob. 32. Epist. ad Dionem.

B rei obscuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenae consuetudines a balneorum usu manasse existimo. & primo ut ita de accubitu sentiam, pluribus, ijsque non spernendis coniecturis adducor; quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1.Odyss.

ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id est,

At proci ingressi sunt, qui mox inde superbi

Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiusq. socius a Menelao hospitio accepti post lotionen cenant sedentes.

C ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον: id est,

Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,

sicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim balneorum usu, una quoq. huiuscemodi accubitus incrementum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando scilicet uiri tantũ, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Isidorus ex Varrone testati sunt, accũbebant, nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum institutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priusquam in commensationibus cum alijs discumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni, 20. Etym. ... dip. nos.

atque etiam Constantini Imperatoris tēpora, cum in frequētissimo D
usu balnea essent, non solum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiā
quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes
simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi. *Ergo vbi contigerint positi tibi munera Bacchi,*
Atque erit in socij femina parte thori. &,

lib. 1 amorum. Eleg. 4. *Cum premet ille torum, vultu comes ipsa modesto*
Ibis, vt accumbas.

Lib. 2. c 2. & sicuti Valerius idē de aetate sua scribit. Quamquā apud Graecos
numquā mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Roma
nos diuerso situ mulieres a uiris accūbentes cenasse rationi consen-
taneum est: nō solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ra-
tio ita postulasse uidetur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus
mulieres cū uiris accūbentes repraesentantur, illae certe figura qua E
dam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedentes, & nulli alteri rei
cubitis innixae accūbentes, & edentes cōspiciuntur. At quo pacto
uiri accūberent, operae preciū me facturū auguror, si postquā locus
5. Sympt. Prob. 6. inuitat, breuiter explicuero. Viros. n. scribit Plutarchus, in princi-
pio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλα-
τεῖς) mensam, ut plurimū tetigisse: quo sola dextera manu illā cir-
cumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutā corporis fi-
gurā, redderēt, uertisse. οὐ κατ᾽ ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς
χώρας ἀπτομένους. i. non secundum latitudinē, sed longitudinē locū
tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisien-
sis, siue Trallianus, ut magis suspicor) libro problem. primo probl.
82. clariorem facit: ubi inter alias caussas, ob quas ueteres in princi-
pio cenae arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc F
ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati
uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebāt, capite ere-
cto ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore
resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uo-
lebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

Nam plurima dixit
Saty 4. *In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat*
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

saturati pariter interdum unū in latus, nōnumquā supra dorsum su
pini, saepe more sedentiū sese cōponebant. Sertoriū enim cū mo-
lestas importunorū cōuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auer-
saretur mutata discumbendi forma sese supinū locasse, atq. inde fa-

cilius

A cilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modũ fieret, praeter allata scriptorũ testimonia locupletissimã fidẽ unicuiq. facere possunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarũ alteram ad tripodẽ coenãtium, ut plerumq. solebãt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis cõmunicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarũ litterarum, omniũq. pulcherrimarũ rerũ studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac nãq. postrema, nõ modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quã primi forsan omniũ Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postre-
B mo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumq. auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitũ uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorũ obscurã & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cũcti bonarũ artiũ, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidẽ cõparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qđ Plutarchus de loco cõsulari, nec nõ de tribus tricliniorũ lectis disseruit, iam non obscurũ est, quã mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani fi- 1. de symp. probl 3.
C gura. Similiter, & q̃ ab Horatio de cõuiuarũ situ uarijs in locis narrantur, nõ aliunde melius intelligi possunt, p̃sertim quãdo scribit.

Saepe tribus lectis videas coenare quaternos Lib. 1.
E quibus vnus auet, quauis aspergere cunctos Sat. 4.
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locũ dum Lambinus exponeret, cur antiquos cõsueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum, ut narrat Varro. leges exstitisse quae numerum conuiuarum nouẽ excedere, nec pauciores tribus esse uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuiũ, nouẽ conuiciũ, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorẽ praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni cõuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, &

nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominũ copia con D
5. Symp. 5. ueniret, nequaquã accũbentiũ numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo uel epulũ publicũ, uel nuptialẽ coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chacrephon apud Athenaeũ in vj. uideatur admittere conuiuas triginta dũtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile est necessarium fuisse uocatorem illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iv. cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita uocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponãtur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarũ testimonia cõuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostẽdunt, quẽque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & a quo E mordẽdo abstinuisse uerisimile sit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciant, & quã Gaietanus Cardinalis inutiliter commentatus est facile conijcitur, etenim hebreos, ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euãgelijs saepe usurpatum etiam id testari potest, quod uidi frequẽter Romae conuersarentur, similiterq. Romani in Iudea, ac in usu positum sit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq. pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas* F
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, seruos namque ad pedes cenantium stare solitos ex multorum scriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Seruus qui cenãti ad pedes steterat, narrat, quod inter cenam ebrius
„ dixisset. Martialis. Mixto lagenam ad pedes replet uino. Suetonius
„ in Galba. cap. 22. Inter cenam uero usque eo abundantem, ut con
„ gestas super manus reliquias circumferri iuberes spargique ad pedes stantibus, sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. scilicet quo tempore usus camerae ignorãbatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes

simul

A ſimul conſpurcaret, & conuiuas, ſolita in triclinijs ſuſpendi atque ab Horatio aulaea uocata, his carminibus deſignari.

Interea ſuſpenſa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas ſeruare compertum eſt: apud quos, menſas ſub quibuſdam ueluti tentorijs ſericeis parari ſaepe uidemus. Alterum eſt, quod in uarijs noſtris lectionibus docuimus, priſcis illis temporibus priuſquam coronae ex floribus, herbis, & auro in uſum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compeſcendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire ſolitos. quod minime puto abſq. ratione fuiſſe excogitatum, cum B uenae arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque adſtricti ſunt, eo minus uapores a uino, & cibis ſurſum elatos, ſimulque moleſtias uarias inducentes recipiant. Tertium eſt, id quod luculentiſsime Athenaeus tractauit, apud quem ſcriptum & probatum inuenitur, priſcos illos primum cornibus boum potaſſe, indeque κεράσαι, id eſt temperare uinum aqua ἀπό τῶν κεράτων id eſt, a cornibus uocatum eſſe: tum cornua illa non ſolum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea eſſe facta, illisque conuiuas ſibiipſis mutuo propinare conſueuiſſe: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnuſianum eſſe uetuſtiſsimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, ſeu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clariſsime repraeſentantur, una cum alijs inſtrumentis nonnullis in dex- Dipnoſo. phiſtõ. 11.

C tro margine expreſsis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uerſatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne ſi quae diſcumbentium, & menſarum figurae in hoc ipſo triclinio minus integrae conſpiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut eſt hodie marmor ipſum uetuſtate corroſum, & pene deletum, repraeſentare ſatius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem noſtram ſuſpectam reddere.




ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnuſianis, poſt Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposueiã rediens dico, cũ & lauãdi, D
& accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, verisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicendũ ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortũ duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principiũ habuerit. Secunda ratio est, qđ ueteres usq. ab Homeri tẽporib. statim post balnea coenitabãt, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locũ ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cõsideremus, ualde rationi cõsentaneũ erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullã incurrerent, sed lassitudinẽ effugerẽt, lectulos ingredi, a quibus nõ discederẽt, sed mox prope mensas, & coenã parari curarẽt, sicq. comederẽt, perinde ac tẽpestate nostra maior pars eorũ medicorũ faciẽdum iubet, qui aut ualetudina- E
rios, aut etiã sanos lauari mãdant, nã κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenant, haud multũ lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoq. conijcere ualeamus, tunc accũbendi morẽ principiũ quoddã obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formã terminatum
li.14.c.22. sit. Nã & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quãdo nõnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamq. induere nõ paterẽtur; sed nudi protinus ad bibendũ accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatẽ, cõmoditatẽue ullã aliã, aut honestatẽ ita accũbere inchoarint, quãdo si sedẽtes, atq. accũbentes in cenando inuicẽ cõparemus, illi ualde maiori cõmoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utũtur, quã accũbentes: conijciendũ uidetur aliqua alia iusta ratione cõsuetudi- F
nẽ illã inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atq. ibi uel lacerna alias ueste nuptiali uocata induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi cõsuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararẽtur, uerũ etiam magnum dedecus foret, si quis coenans nõ accubuisset, ut ex hisce Plauti in sticho uerbis colligitur, potius in subsellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis significauit, ubi Syriscũ damnat, quod in popinis sellularijs non accũbens coenaret. Quod si quis sentẽtiae nostrae id refragari uelit, qđ uerisimile nequaquã uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terẽtio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse, & quãdo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebãt, diuersos exstitisse. Huic primo respondeo, minime mihi constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas ha-
B bebant, quando Horatius priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur, lib. 1. Ser. epist. 6.

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In sellariolis vagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiã omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionẽ quoq. aliquo pacto nomi-
C nari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor quidẽ omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiã quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorũ cõuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate quadã contractis infecti, ceteros mundiores perturbarẽt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos, iam uero soleas, & sochos accubituris detrahẽdi mos certũ argumẽtum est prius sese lauare consueuisse an ne inter eundum a balneis ad lectos pedes conspurcarentur ijs tegere consueuisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque sochos quibus minime utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indiguisse. Addo huic nequaquam

quam

quam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenãtes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originẽ inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinẽ uitandam post modicum tẽporis interuallũ lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacernis, alijsue in id paratis uestibus induti cenarent, atq. inde mox aucta balneorum cõsuetudine usq. adeo accumbẽdi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quã plures, (ut de Lucio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & pse:tim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quẽ morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationẽ, tam a balneis quã illoti, ita frequentissimum esse E

lib. 11. de re rust. c. 1. cerũt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accũbens cenaret; in qua re non secus cõtigit, ac euenisse cõspicitur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honestũ usum, & quasi necessitate quadã primũ repertae, deinceps ad luxũ, lasciuiã, uoluptatẽ, aliosq. usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cõuiuijs oẽs prope excogitasse uoluptates, nihilq. reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret: sic enim sermones cõuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerũt, ad auditum oblectandũ musicae uaria genera adhibuerunt, unguẽta pre

3. Symp. Prob. 1. 6. de simp. cap. de ancho. 2. Paeda. cap 8. tiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque cõtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebãt; quo fragrãtia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, somnũ con F ciliarent, ebrietatẽ uitarent. quantũ porro cibis, & potibus delicatissimis cõquirendis studiũ adhibuerint, nõ modo fidẽ faciunt sex-

li. 7. ca. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atq. alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerũ etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria cõmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorũ in die semel tantũ sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiã opinionis sum, ut cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otiũ ipsis suppeteret: quoniã si priuatã cuiusq. negotia spectemus, si & exercitationũ, & balneorum, accubitusq. apparatum cõsideremus, magna tẽporis pars ipsis in sumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere,

aut

A aut balnea interdum uētre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione cōmittere fuissent coacti. Comedendi uero horā, & modū balneorum tēpore, atq. cōmoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, qui si interdū ob aegrotantiū inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panē mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit. 6.de tu.ua.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; B praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.



C QVEMADMODVM ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earū facultates, regulas, atq. usum scriptis mandarūt: similiter gymnasticā illis nequaquā caruisse cōstat qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factū est, ut quam iacturā plurimae res hominum subierunt, isti quoq. auctores fecerint, quando quidē hisce tēporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atq. Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima cōmentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iam dudum pene abolita est, nō minus ceteris dignitatis, atq. splēdoris haberet; neq. nos hunc laborē ad lucē eam reuocādi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata cōmentaria: quibus dū nos carere cōsidero,

non

non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab in D
cepta opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasio-
rum ministros declaremus, inter quos primum locũ tenebat gym-
nasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti
princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere,
ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publi
In Bacc. corum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus
» apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: Ante so-
» lem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto
» haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum
colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere ma-
» gno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus
» docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum cu-
rauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco: illi praeerat. Secun- E
dum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deni-
que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reli-
quit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conij-
citur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris
notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXAN-
DRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VI-
CTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM
ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PER-
PETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGV-
STI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMO- F
DORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRA-
TIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM
NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPA-
TVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TO-
TIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET
BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sentẽtia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπι-
στάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam
luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exer-
citationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum
6. Epidim. sect. 3. prope finem. decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate πα-
λαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

non

A non solũ ipse luctaretur, uerũ etiã palaestra curam haberet. Agonistarchã uero eũ fuisse puto, qui certaminũ publicorũ pfectus esset, quiue & in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi cõmunic...

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM-
MODIANVS.

B Post hos aderat Gymnastes, quẽ Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omniũ exercitationũ exstitisse, qui eorũ uires, ac potentias ad sanitatẽ cõducẽtes callens, quo modo fieri deberent, quã diu, & q̃ quibus cõuenirent, tam athletas, quã ceteros oẽs exercitatores edocebat; eo qd' uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruũ aegrũ medico, aut gymnastae uẽdat, nõ esse redhibendũ uult, quasi uterq. languẽtes sanis dignoscere scire debeat, immo Basilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnastẽ, ac medicũ speculari, & quaerere solitũ docet. hũc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum qui primus gymasticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exsistenti inseruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Brogymnasios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercẽtur uocabulo (quod equidẽ sciam) nulli alteri usurpato, quãquam Muretus progymnastas legendũ maluerit in suis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam Cicero

In lib. ad Thras.

C

lib. 3. c. 47.
lib. 1. c. 1.

Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta repe- D
riuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum me-
" dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo-
" luiſſent. Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem
" per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt. quo in caſu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat
In lib. ad Tharſ. Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uidetur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſſimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti mi- E
les nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultatem ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera
Cap. 3. operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τῶ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt,
li. 2. de tu. ual. inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quiue, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen,

quem

A quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias aſperis, alias mediocribus, uario, ac diuerſo modo, prout opus erat, corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατραλείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſsima monumenta hanc inſcriptionem habet, in qua Mediaſtinorum fit mentio. Lib. 3. c. 45.

B DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
C AVG. N. FAC. CVR

Aderant ſerui balneares, lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exſiccantes. hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilae, utpote obſtrepentes intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij, de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, ut docti uiri cenſuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna uoce ſingulos enumerarent, ita Epiſt. 57.

ut

ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorũ tamẽ sentẽ D
tiã non probo, quod Iuuenalis certo testatũ faciat, fuisse in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens Persico ait:

Nec pugillares defert in balnea raucus
Sat. 11. *Testiculos, nec vellendas iam praebuit alas.*

Atque hos modo uolsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersa- E
bantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atq. medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuẽtae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

lib. 14. cap. 20. lib. 29. cap. 1.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autẽ meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina; ut iure omnes, B & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationẽ sint insectati. Non est tamen illud ignorandũ, scholas quasdã Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tẽpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, spaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornacator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica.* Cap. XIII.



VICVMQVE artem, aut rem aliquã sibi exacte tractandam proponunt, operae pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequi uocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes. necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito posit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasti-

cae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiam supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, vt homines exercitationum moderatarum ope; & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc speciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ dudũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

In lib. de Philos.

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui com parando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodo que addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militari libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in 3. de Repu. ubi

Lib. 2.

In suas ar. ad 60. ar.

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δέ τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, id est, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; id est, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gymnasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De vitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.*

POSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica simplici, quãtum ad praesens negotium spectabat, satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonẽ habere. quae quoniã tẽporibus Galeni, atq. etiã superioribus maximã auctoritatem sibi uendicauerat ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atq. impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quã sapienter simul ac iuste fecerit, ex his q̃ de illius professorũ moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarũ futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticã ab Hercule olympiae inuentã fuisse: ut tota haec ars duos parẽtes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrẽ & admirationẽ dignam B primo condiderint, illa tamen lõgo postea tẽporis interuallo, atq. prauis hominũ moribus ita corrupta, ac adulterata est, vt verius *κακοτεχνίας*, quã artis nomen ei cõuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe victoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. cõparando nimium incumbebant, mentẽ etiã crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratẽ medicum secutus, qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & Plutarchus eos satis atq. gymnasiorũ columnis similes efficit, alias itẽ confessus quod Graecis nihil aliud mollitiẽ, atq. seruitutẽ inuexerit, nisi haec C gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab armis delapsi sunt, cõtenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hãc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totã eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatã perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικὸς, ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. i. Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celeritate cõponitur: nam & celer fortis est: qui. n. quodammodo crura

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt,curſor, qui uero cō- D
primere,& cōtinere luctator;qui percuſsione impellere, pugil; qui
autē utriſq. his,pācratiaſtes,qui uero omnibus his,qui in quertio eſt.
Ex quibus clare patet athletarū omniū inſtitutionē, atq. diſciplinā
huc tantum ſpectaſſe,ut corporis magnitudinē,robur,atq. celerita
tem cōpararent,quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & prae-
mio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum
generibus cōtenderent,quinq. tamē praecipua erant,in quibus uel
ſemper,uel plerūq. tā in ſacris certaminib. quā in ludis, amphithea
tris,& publicis ſpectaculis, ſed praeſertim in ſtadio, quod fere ſolis
athletis proprie deſtinatū erat,certabant,lucta,pugilatus, curſus,ſal
tus,& diſcus. unde luctatores,pugiles,curſores,ſaltatores, diſcoboli
nuncupabātur,qui ſeparatim in ſingulis pollerēt, ſicuti Pācratiaſta
dicebatur,qui in lucta,& pugilatu ualebat:qui uero in cūctis quin- E
que,pētathlus,& uocabulo Romano quinquertius uocabat̄,ut do-
cet Feſtus etſi Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas ſi-
gnificare ſcribat idē Feſtus, apud quē etiā perihodon uiciſſe diceba
tur is,qui Pythia,Iſthmia,Nemea,Olympia uiciſſet,nomine a cir-
cuitu eorū ſpectaculorū accepto. Erant poſtmodū Halteres,iacula,
atq. nōnulla alia,quorū quoq. certamina athletae obibant,at in pu
blicis ludurū,& ſacrorū certaminum celebrationibus raro illa per-
agebātur,una excepta monomachia,quā Graecos ſacerdotes aeſta-
tis tēpore in Pergamo exercere cōſueuiſſe memoriae prodidit Gale
3.d art.23. nus. Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab
Athletis diuerſos fuiſſe ſciā,quod M.Cicero teſtatū fecit Epiſt.fam.
lib.vij.Epiſt.j.his uerbis, Nā quid ego te athletas putē deſiderare,q̄
gladiatores cōtempſeris? Niſi dicamus qđ memoriae proditū habe- F
tur à Dionyſio Halic.antiq.Rom. lib. x. athletas alios fuiſſe leuio-
rū,alios grauiorū certaminū,atq. hos poſteriores fuiſſe gladiatores.
De ijs in Digeſtorū lib.9.t.l.Aquilia ab Vlpiano ſcriptū reperio:Si
in colluctatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter ſe exercētur
alius aliū occiderit,ceſſat Aquilia,qa gloriae cauſſa & uirtutis,non
iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores
hāc athleticā in maxima exiſtimatione habitā.cuius ea erat ratio,qđ
homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolēt,
a quibus uoluptates,ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cū
athletica in publicis ludis ceteriſq. ſpectaculis maximas uoluptates
publice afferret,in honore habita atq. a multis expetita fuit: quādo
lib.16.c.4. athletis ludos ingredietibus ut refert Plinius oēs aſſurgebant,etiam
ſenatus,ijq. ſenatui proxime ſedebāt,necnō cū patribus,auis pater-

A nis a quibu ſuis muneribus uacabãt, & uictores in patrias triũphãtes inuehebãtur, immo Athletis ingenuos caedere, atque becidere, qđ alijs uetabãt leges, nõ modo licuiſſe, uerũ etiã honorificũ fuiſſe auctor eſt in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicã, qđ Euſebius in v. de Praeparatione euãgelica multo ſermone damnat ueteres, ſ. eo ſuperſtitionis, atq. inſaniae interdũ deueniſſe, ut pugiles, atque athletas in Deorũ numerũ referrẽt. Quibus oĩbus rationibus ſatis clarũ eſſe põt, athleticã antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe: & propterea nõ temere illã Galenũ inſectatũ eſſe, dum animaduerteret, quantũ dãni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; ſi qdẽ nõ modo cũcta animi, uerũ ẽt corporis bona; ita corrũpebãtur, ut nihil inueniri poſſet, qđ maius hominib. q gloriae, & pmiorũ ratione illã undiq. ambiebant, detrimentũ afferret, quẽadmodũ Euripides quoq. elegantiſsime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis.
B

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίον καθ' ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτρέφειν πάτρας;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

Gal. ĩ ſua. ad bo. ar.

ideſt, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primum bene incolere haud diſcunt,
C *Neque poſſunt etiam, quo etenim modo*
Quis quis eſt gulae deditus, ventriq. indulget,
Diuitias parabit, vt alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt: nam in malis diu verſati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commentarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticam tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quẽ Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe. Sed quia athletas praemij gratia certate, atque uitam mille necis generibus exponere conſueuiſſe nõ ſe-

7. Aen. in vita Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non eadem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerum, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donũ, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona δόσιν autem apud Clementem, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit. D

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nõnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorũ ars foret, & quã sapiẽter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniã tota uiuendi ratio in sex rebus, quas nõ naturales appellare medici uoluerũt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atq. excrementorũ euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere sese gererent, explicabo. Primũ itaq. in cibo ac potu quadrupliciter errasse cõspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tẽpore. Quod ad qualitatẽ pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis tẽporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius, quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorẽ quendã Pythagoram athletis primum carnem comendendũ exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Euramení Samio carnes apposuisse, atq. talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumq. sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebãtur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterũ neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdũ caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quẽ Clitomachus Carthaginiensis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod E F

Li. 13. c. 7. Li 1. colle. cap 40.

caprinas

A caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait.

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cũ caseo sine fermento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirētur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cũ Biantes pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod 4. đ re me. cap. 27.
B crederent ab eo nutrimentum solidũ produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secũdo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas persiccasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nullq. parem exstitisse ferunt; atq. hinc
C perspicuum fit, quam vere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, ut Gal. iij. de tuen. ual. ἐδωδὴν πρὸς ἀνάγκην quasi plus, quam ferre quamquã scio non defuisse, qui aliter eam uocem apud Aristotel. sint interpretati, possent, edere cogerentur: qua etiã utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarũ esse potest, nisi qđ refert Galenus eos non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere cõsueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo ratione, uerumetiã experientia docti Cap. 3. 7. meth.

cibos

cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius cõfici, alio D qui concoctu difficillimos ipsis, cũ ob qualitatem eorum ualde calori resistentẽ, tum ob immensam quantitatẽ. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiã, quam ad firmitatẽ magis conferre. quod si Plutarchus 4. sympofiacorum eosdẽ simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatẽ prorsus effugisse tradit, eius sententiã ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcũque fuerit, usos. quod neq. nos negamus, qui supra diximus frequẽtissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualẽ moderationẽ ceteris uitae eorũ partibus respondentẽ athletae adhibuerint, clarissime demõstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoq. & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando. s. exercitium τέλειον, siue κατασκευὴν apud Galenum tertio de tu. ual. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositũ in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo euenire, quia Athletae prorsus nimium laborant; nimius uero labor colorẽ cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorẽ prouocat, & ad corporis superficiẽ inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summũ ἰσοσθενεῖς perdurasse. Iam quoq. aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationẽ haberent. quamuis dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestũ est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere cõmodius exerceri ualerent, quo tẽpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptum sequebantur. Ita etiã apud E F

li. 11. c. 53.
Prob. 4.
38. partic. prob. 5.
In libro de morborũ temporib.
Homilia 54.

Stra-

A Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mitte- Geograp. lib. 5.
re, ut ibi in salubriori aere cõmodius exercerentur. Ab animi affe-
ctionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo
negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excã-
descant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent,
& denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice satu-
ri, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorũ exi-
nanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forẽt,
quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam ue-
nus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo
modo sese gererẽt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, &
Gal. uenerem moderatã esse debere praeceperunt, tam eos, qui im-
modice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab
B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde
magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo
seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimẽti,
& sanguinis copiã magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de
loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae na-
turae ὑπο ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut so-
brietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à uenenis usu abstinen-
tes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Quod porro a
Venere prorsus athletae abstinuerint, praeter Platonem, qui Asty- 8. de legib.
lum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse
memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Gale- 6. de loc. affec. in fi.
num Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas consi
derantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessa
C riorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae le-
gem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta
conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas
formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara
quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus. lib. 11.
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida laua
bant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regio-
nibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus fran-
gendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem li. 34. c. 18.
etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui 5. de tu. ua. c. ult.
in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem
coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam

lib. ad martyr. fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athletae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in commentario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a uenere abstinere scripsit. li. 28. c. 6. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uenereisque uocem, cum e candica declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectū athleticum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae In suas. ad bo ar. ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae In lib. ad Thras. obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus lib. 2. aduer. Iouin. athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Alexandri- 3. li. paedagogi. c. 9. nus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos obtegendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur, Lib. x. antiq. Rom. introductam, esse memoriae mandatum est. Quamquam Dionisius Halicar. scribat ex Homero colligi ad priscos illos turpe habitum esse nudos certare, primum autem omniū Olymp. xv. Neanthum Lacedaemonium Olympiaco stadio decurrentem totum corpus denudasse pudendis tantum subligaribus campestribus obtectis.

Explicit Liber Primus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originē, nec nō uerae, & nō verae differētiā satis explicauimus, cōsequens est, ut, ceteris non prorsus omissis, illā pcipue oratione no-
B stra prosequamur, q̄ ad medicinam facit; & de qua tractationē habere polliciti sumus. Quoniā uero, dum gymnastae definitionē in medio proponeremus, eam esse artē quādam facultates omniū exercitationū noscentē, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentē indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, aut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarū unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cū ars (dicebat Aristoteles,) sit recta 6.Ethic.
operandi ratio, uidebimus q̄ sit in obeundis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarū unaquaeq., uel ad parandū bonū habitū, uel sanitatē defendendam cōferat. Exercitationē itaq. definiuit
C Galenus, secundo de tu. ual. & ipsum secutus Aetius, esse motū ue- lib.3 c. 2.
hementē, anhelitum alterantē, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationē, motū, atq. laborem inter se differre demōstrat: propterea qđ motus est res quaedā magis cōmunis, atq. pluribus cōueniens quā exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidē fodientes, atq. metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiā aliquando cōmuni quadā appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodū Galenus ab Hip- 6.de morb.
pocrate uocatū esse censet, quādo is dixit, Labores cibū praecedāt, vulg. cō.4.
&, ubi fames, laborandū non est. ibi enim uocē hanc πόνος, quae & tex.31. 2.Aph.16.
dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercita In Onoma
tionem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere stico.
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentētia Galeni, & Aetij 2.de tu.ua. lib.3.
nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap- cap 2.
pella-

pellatus, quod plerumq. nudi, aut ſaltem cum paucioribus ueſtibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum ſuperiore libro abunde monſtrauimus. Sed quoniam poſſet aliquis etiam in gymnaſijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam integra eſt. & proinde Auicenna Arabum omnium doctiſsimus cũ animaduertiſſet haud plene exercitationem a Galeno definitam fuiſſe, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio eſt motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens eſt neceſſarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: non enim appoſuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens ſit anhelitus, ſemper neceſſario ſequitur motum illum vehementem exſiſtere. ſed neq. haec definitio Auicennae mihi plene ſatisfacit: quoniam, etſi conueniat omnibus triplicis gymnaſticae exercitationibus, eas tamen proprie nõ cõplectitur: de quibus ad medicũ tractare ſpectat, & nos etiam loqui inſtituimus: ſiquidẽ omnia quattuor cauſſarũ genera haud quaquã cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. cauſſa cuius gratia. Accedit itẽ illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, ſicuti ſerui cum celeritate dominorũ mandata exſequentes, & ſicuti illi, qui uel inimicorũ impetum, uel quid aliud triſte effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicẽnae definitio haud perfecte totam exercitationis naturã cõplectitur; ſicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem eſſe mẽbrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiẽtes dicamus, quod exercitatio, de qua medici intereſt tractare, proprie eſt motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alterato uel ſanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia factus. ita namq. definitio omnes cauſſas comprehendit, atq. ſoli definito conuenit: uerum enimuero poſſet aliquis merito a me ſciſcitari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis, ſed ab alio dependere uideatur? cui reſpondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, ſi nõ proprie, ſaltem communiter, dummodo gratia ſanitatis, uel etiam militaris ſtudij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam ſuſcipiũt. quibus uero ali-

Margin notes: Li.1 fen 3. doc.2. c.1. — 6. coll. c.2. — D — E — F

A qua ex condicionibus neceſſarijs deeſt, illi potius communiter, quã
proprie exerceri dicentur, ſiue a ſeipſis, ſiue ab alijs moueantur,
quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam
motus equi, ratione cuius ipſe mouetur, ab equitantis appetitu, &
dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque ſimilibus a nobis
ſemper erit intelligendum. atque hanc fuiſſe Galeni ipſius ſenten-
tiam, eius uerba in ſecundo de tu. ual. ſcripta indicant: ubi ait, eos,
qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, ſed etiam exerci-
tari communi ſaltem exercitationis appellatione, quemadmodum
clarius adhuc adſtruit quincto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum
communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽ-
tem, ut etiam uidetur appellaſſe Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix.
ubi exercitationem a geſtationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus diſtinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a grae-
cis γυμνάσιον uocatam fuiſſe, haud ſecus ac locum, in quo fiebat;
ambigeret fortaſſe aliquis, num exercitationes, quae extra gymna-
ſia peragebantur, proprie tales eſſent, an non? cui reſponſum eſſe
uolo, definitione exercitationis cum non ſit appoſitus peculiaris
locus, indicari eum haudquaquam exercitationi neceſſarium fore,
& propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu al-
terato gratia ſanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi fa-
ctum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo ſecius exercitationẽ uo-
cari debuiſſe, atq. debere, quam in gymnaſijs actum. nam ambula-
tiones per uias, pilae luſus, iaculationes, & ſimilia quis ſanae mentis
non uocet exercitationes? etiam ſi ruri, & in uicis efficiantur, dũ-
modo ceteris condicionibus minime careant? quare ita ſeſe haben
C te, etiam ad gymnaſticam facultatem de exercitationibus omnibus
ſiue in gymnaſijs fiant, ſiue extra tractationem ſpectare dicendum
erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obſer-
uatiſsimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tempore
ſuo exerceri ſolitas fuiſſe in 4. de loc. affect. libro ſcriptum reliquit.

De Gymnaſticae medicinae diuiſione. Cap. II.



TRACTATVRI medicinae gymnaſticam, quid ſit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nunc nobis propoſito ualde conſentaneum eſt, gymnaſticam ipſam partiri. ex qua diuiſione ſeſe clarum offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium ſingulas antiquis uſitatas ſpecies incedamus. Quod enim huiuſce gymnaſticae uerum,

atque praecipuum principium a natura acceptũ ſit, animantia bru D
2. de leg. 2. d tu. ua. ta fidem facere merito ſcripſerunt & Plato, & Galenus: ſiquidem illa ſtatim ac mundanam hanc lucem ueniunt, ſeſe mouere, agitare, ac ſaltare conſpiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametſi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipſi, quantum conceditur, ſeſe mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus poſt modum creſcentibus annis dum condiciones ſupra deſcriptas recipiũt nil aliud plane ſunt niſi ipſiſsima facultatis gymnaſticae opera: ut omnino dicere cogamur ipſam ſi non a natura factam, ſaltem ſecundum naturae propenſionem eſſe. Huiuſce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuerſales partes effecerit; proinde allatã ab ipſo gymnaſticae diuiſionem in mediũ proponemus, non quod ſub ipſa omnium exercitationum ſpecies appoſite contineantur, E ſed quod a nullo alio artem hanc melius diuiſam hucuſque uidere contigerit. neque nos quiſquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo ſanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nõ minus medici, quam Pythagorae eius diſcipuli credere tenentur, ſcriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuiſſe, nec uſquam ab illius placitis receſsiſſe: nam Galenum hoc in loco ſequi non poſſumus, quoniam, ubi ſimilem diuiſionem aggreſſus eſt, exercitationum potius, quam ipſius artis partitionem inſtituiſſe uideatur. Plato igitur libro de legibus. VII. cum demonſtraſſet ſiniſtras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earũ apparentem debilitatem potius conſuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adſcribendam fore, tradit ad eos pertinere, F qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos ſiniſtris etiam exercendis aſſuefaciant. poſtea docens quae ſint illae diſciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram muſicam ex ijs eſſe, alteram gymnaſticam ſcribit: gymnaſticae rurſus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram eſſe dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumq. pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametſi Plato de gymnaſtica bellica dumtaxat ſermonẽ habere uideatur, nihilominus eadem fere eſt ac medicinae gymnaſtica, fine ſolum differens, nec prorſus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemque conſeruare intendit ſicut medicus, ſed alium finẽ addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda

aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ παλαιστικὰς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut B paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; siquidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quidC quam sẽtẽtiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρός inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.





VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis,& quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne cōfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriā, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atq. Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, quomodo etiam E tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hāc, κυβίστημα uocauit Lucianus, & in glossario habetur, cernulat κυβιστᾶ, quam uocem etiam usurpauit Seneca Epist. viij. etsi cernuat plures codices habeant. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pilas saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρῃ ταὶ δ' ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quāuis maiores nostri ut plurimum ad uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo

A do depreſsionibus, modo inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percuſſores ſimulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcẽdam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatae ſaltationis primũ inuentorem utriſq. ſaecularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae prodidit: quemadmodũ & Plato loco nuper citato ſaltationẽ a nobis mediã, ab ipſo ἀμφισβητουμένην nuncupatam in ſacrificijs, atq. exſpiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinẽſibus, & Arcadibus coram Cy-
B ro factã refert Xenophon, tradens, aperte inſinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus ſaltatoriam habuiſſe. Galenus porro nec medicinae gymnaſticam ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquã ſanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidẽ in ſecundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pancratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter teſtatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero haec ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, ſiue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in proſperita-
C tibus, & in moderatis uoluptatibus tẽperati exſiſtere ſcripſit, haud tuto affirmare audeo, ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

li.6. d Cyr. Exeped.

cap. vlti.

Orib. 6.

De Sphaeniſtica. *Cap. IV.*



ALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationẽ diuiſimus, quarum unaquaeq iam nobis fuſius declarãda foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiſſa illa, reliquas duas proſequemur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſaeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαιριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit. D
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib.7.c.56. scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortasis & tantae uarietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq. scriptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorē, E
minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pila itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos exstitisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, & κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, repono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius, & Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabimus, uel pila erat, uel pilae asimile. Paruae lusus secundū Antyllū tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haerebant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter uarios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pila adhuc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, & F
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emittebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnumerari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum ἁρπαστὸν & φενίς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Cle-
3. paedag. cap. 10. mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum paruae pilae, & praesertim φενίνδα, exercitationem esse uiris ualde accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φενίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam harpastum uocatum innuit, huius etenim inuētorem exstitisse Phanaestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius itē descriptionem

A ptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiip sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri solitũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea ducebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at-
B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile fit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Demoxeni cõcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τι λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄντι μέζον ἐλαβεῖν, εἰ πλεῖω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam
C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac uenustas dũ aliquid diceret, aut faceret, supra omnẽ pulchritudinem exsistit. O uiri neq. umquam antea audiui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mihi si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae species, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epigenes philosophus, necnon Ctesibius Chalcidensis philosophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludẽdi gratia exsudabantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo scilicet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

Athenaeus 1. Dhipnosophist.

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerū etiā
ex manuū figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex An
tyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune posidebant, ut sicuti in ceteris praedi-
ctis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac
semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum
scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemēter bra-
chia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilā, quemad
modum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius oratio-
nem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet.
Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύ-
ναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω-
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν
ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις
αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμ-
βαίνειν ὑποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθου-
μένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν
ἀπώσαντες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ F
τῆς προστελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν
ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀπο-
στρέφεσθαι. ποτὲ μὲν ἐν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι,
ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες
lib.6.coll. κατὰ μετάφρενον. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
„ ficulneo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero ma-
„ gnitudo ad uires corporis, & ad aetatē accommodatur, suspenditur
„ autē in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun
„ dum ad eius qui exercetur umbilicū pertineat, hunc utrisq. mani-
„ bus tenētes qui exercentur, primū quidē quiete, postea uero uehe-
„ mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
„ redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo vero eum e manibus
„ reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-

A uentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime resti- »
tuendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retroce- »
dat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propinquat, »
quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re »
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurā Coryci ut pote om-
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen asse-
qui possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia co-
riacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, &
pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius,
sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum con-
tendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram di-
stasse. Neq. etiam satis mirari soleo antiquissimum scriptorē Cae-
lium Aurelianū, qui lib. v. tard. pass. cap. ult. dicit uariā uolutationē
B in palaestra esse uocatā à Graecis celadian atq. choricomachian, nisi
sit in codice deprauatissimo error, ut puto. De hoc intelligendum
est adagium illud, πρὸς κώρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certami
nis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione
uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κορυκομαχίαν, falso a
Cornario follē interpretatā, ad attenuandū corpus probauit: quē-
admodū & eandē intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorū exer-
citationibus κορυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, ne-
scio quo spiritu, perae, aut sacculi iactus, inepte satis transtulit. Ean-
dem quoq. intellexisse Coeliū Aurelianū existimo, cū ad polysar-
ciam diminuendā corycomachiam (sic enim legendum est) cōmen-
dauit ijsdē prope remedijs usus, q̄ ab Hippocrate loco citato propo-
sita sunt. unde argumentatus sum, Auctorē sicuti cetera, ità & cory
C machiā ab Hippocrate mutuatū esse. quamuis textus iudicio meo
deprauatus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium
appellari, censuerunt aliqui: quorū sententiam postquā in superio-
ribus refutauimus, nil aliud dicendū est. Atq. haec de quattuor pi-
lae ludi graecorū generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila
inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo
ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex
Galeni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter
ceteras gymnasiorum exercitationes corycū, pilam paruam, & pi-
lam magnā, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imi
tatus. quod profecto non fecissent nisi quaedā inter se diuersa exsti
tissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur,
parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque

bellicam,& praesertim pueris edocendis incumbentem pilarũ exercitationes usurpasse, neque ad ualetudinemq́, ac agilitatem comparandam, augendamue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniã & ueterum,& recentiorũ tam Graecorũ,quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent,aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent,aut quod illi,qui exercentur, non serio, sed ioco agere uideantur,siue gratia sanitatis,siue alterius rei id efficiãt. ludi uero,quos athleticae esse nos dicimus,ita proprie uocabantur, quoniam solatij,& uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur. D E

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.



POSTQVAM pila ludendi Graecis usitata genera satis explanauimus,superest & ea,quae a Latinis & in vsu habita,& scriptis tradita reperiuntur,explicare: unde, in quibus ambo cõuenerint,& in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiam apud Latinos, quibus ludebant,inuenio,follem,trigonalem, paganicam, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta,soloq. uento repleta, quae si maior erat,brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur,ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam F uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib.3.

Cum pila veloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat.lib.2.Sat.2.

Seu pila velox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp.Rom.nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse,ut tum ex uoce Π Υ Θ Ι Α, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.


MYΘIA

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, vt apud D
Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, sicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit:

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec consueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes. E

Nã ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebaẽ, uerũ ẽt dicatus lusui locus nullis lapidib. aut lateribus sternebatur, ne laberẽtur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnũ nõ paterẽtur; & propterea, cũ solũ minime pauimẽtatũ foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: q̃q̃ ẽt fieri põt ut pauimẽto luderẽt, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilã resilire nõ impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarẽtur. Nã in pulueruleto solo fieri hanc exercitationẽ consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendã ex Thermis ob delectationẽ exire nescientẽ in hunc modũ carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit:

Numquid autẽ ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sentẽtiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnã Graecorũ, & follẽ Latinorũ idẽ fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycũ follẽ traduxisset, in sexto postmodũ libro magnam pilam iterum follem
2. d tu. ual. transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ, qui expresse & pilã paruam, & magna, & corycũ distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follẽ Latinorũ fuisse: atq. hanc opinionẽ maior pars recentiorum scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasiũ caput Coryci, de folle pugillatorio in-

scriben-

A ſcribendum iudicarunt. ſed hi oēs magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follē & magnam pilam idē fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, qđ ludētes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, qđ Oribaſius ludū pilae magnae nō modo aegrotis, ſed etiam cōualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilē iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follē, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniā corycus e culmine gymnaſiorū ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secūdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nō. Fuerūt itē qui follē pilā inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderūt. quibus ego libenter aſſentirē, niſi Martialis dixiſſet, follē mitiori aetati
B cōuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationē non admodū facilē, neq. aptam, & ideo omittēdam eſſe cēſuiſſet. Colligo igitur ex his omnibus, quod cū follis neq. inanis pila Graecorū, neq. magna eorundē, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, ꝗ paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerūt nōnulli, ubi ea exercebātur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentiū (qđ magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilā ſimplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
C *Non harpaſta vagus puluerulenta rapis.*

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici cōplectetur: de hac ſimiliter locutū credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilā, lib. I. c. 6. & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demōſtrat, luſores ita triāgulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam uiciſsim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo ſummā ludentium laudē fuiſſe ueriſimile fit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendā laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic

Sic palmam tibi de Trigone nudo D
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines luden- E
do ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro 1. in Elegia Ianuae conquerētis dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplū trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. F
Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditū est. Eundem propè aut similē paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis ubi hūc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operaeprecium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, q soleatus pila sparsiua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̄ terrā cōtigeret, sed follem plenū habebat seruus, sufficiebatq. ludentibus. Notauimus etiā res nouas. Nā duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorū alter matellā tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus lusu expellentes uibrabantur, sed eas quae in terram decidebant.


ΠΥΘΙΑ · ΑΚΤΙΑ

Succedit paganica pila ſic appellata, quod eſſet uulgaris admodum, D & in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in uſu haberetur. Nam Dionyſius antiquitatũm lib. 4. refert, Romã in quattuor tribus olim partitam fuiſſe, quae & pagi, ſicut earum habitatores Pagani, nominabantur. ſiue igitur ab iſtis pagis, ſiue a uillis paganica pila denominata ſit, parum referre credo. ſat eſt, pilam fuiſſe ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, nõ ita tamen ut eſt follis, laxam, ſed duriorem; ſiquidem follis, qui uento replebatur, etſi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempeſtate noſtra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior eſſet, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa uſquam foret, ſed undequaque duriſsima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenuſtiſsime Martialis hoc diſticho oſtendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa eſt, & minus arcta pila.

Sub nomine enim ſimplici pilae intelligi aliquando follẽ, aliquando trigonalem, paullo ante ſignificauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnaſijs paganicae pilae exercitationem in uſu exſtitiſſe, ut idem Martialis lib. 7. teſtatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes.

Nam cum ſaepius a nobis indicatum ſit cõſueuiſſe fere omnes, qui ſeſe in gymnaſijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps ſtatim balnea ingredi, Martialis illis uerſibus demonſtrat, inter ceteros pilae ludos in gymnaſijs ſe exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam eſſe. Vltimum & quartum Latinorum pilae genus harpaſtum fecimus. quod ob nominis ſimilitudinem idem prorſus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haud quaquam ab ullo auctore explicatum habemus, niſi quod Athenaeus his uerbis manifeſtum facit, harpaſtum rotundum fuiſſe. „ τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν, „ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι. ideſt, Luſus autem pilae harpaſtum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam ueriſimile ſit ex corio ſicut ceteras pilas conſtaſſe. quae omnia, propterea quod tunc tẽporis nulli ignota erant, auctores ſcribere dimiſerunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicaſſe Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpaſtum appoſitiſsime deſcribit, illud

paruam

A parvam pilam & non mediam inter paruam & magnam; quemadmodum uolucrunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib.4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.
Non Harpasta vagus puluerulenta rapis & libro 14.
Haec rapit Antei velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, de qua posterius uerba faciam, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis. Lib.1. ser. 3.trac. 2. cap.2.

C

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.



TRES saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicā, & q̄ nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarū duabus iam declaratis tertia modo subuectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo q̄d fuerit, secūdo quot species habuerit tertio cur ea uterenť maiores nostri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, cū dixisset, oīa poeseos genera in hoc conuenire, quod imitatione sint, imitationes diuidit

dit, quarum alias tradens diuersis generibus imitari ut uel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agẽtes, uel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam indutos, aut non mutatos; de saltatione haec concludit: *αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις.* i. Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, *ὄρχησιν*, siue saltationẽ, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mo-
Cap.4. res, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil esse
in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E
numerũ, & cantum, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres-
Prob. 15. sit Plutarchus, qui in ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsis, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7.de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au- F
tem fuisse non proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cõsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitarent, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Plutarchus, tempeſtate ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſſe; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſſe, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſſe, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quibus autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cõpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſſe, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſſe ſiceliſſare; poſt quem Chleophantus Thebanus, & Aeſchylus multas ſaltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλίσμους Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus. — Loco citato. — 8. dipnoſ.

B unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον: ideſt:
Saltator rex ſplendoris, pharetrateque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores & illuſtriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in uſu erant, aut repertae & illuſtratae fuerant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo effi-

C ciebantur: a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

Forſitan exſpectes vt Gaditana canoro Sat. 11.
Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendat clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis vrticae

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet exicone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Aemanẽses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam viro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erótianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus exstitit, has B saltationes δῖνες uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiam saltationem tot atque plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atque tractu cõponatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; 7. Phys. & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dextrorsum, C uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*



VM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouẽdis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, denceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedũ ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit:

1.& 2. ď arte aman.

Si vox est, canta, si mollia brachia, salta. &
Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilo minus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E tiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimã saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirãtes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nõ parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit. dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σφοδραὶ κινήσεις

(Margin, beside "quam χειρονομίαν … aegris": 2. ď diaeta. 1. de cur. cron. ca. 1.)

(Margin, beside "ludos uoluptatis … cia in usu": loc. citatis.)

" ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
" ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
" στον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

hunt

A hunt,diuaricantque, ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam,conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non Cinaedus usquam magis „ saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimo- „ nio,atq. etiam Plauti,uult,/cinaedos dictos a ueterib. saltatores ip- In Mil. sos,atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter om glor.act.3. nes non modo histriones motus figuratos edocebant,uerum & ipsi B quoque interdum saltabant;nam Thespias,Pratinas,Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur,quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici,& plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt, unde etiam chorea nomen saltationis perelegans C emanauit. a theatris ad palaestras,siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono Li.14.dip. symposiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit,ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Cōcludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

De Luctatoria. *Cap. IIX.* D

ECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quędã in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemque concertantes, E alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requireban tur, illudque prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de vi-
act. 5. no dicens. „Captat pedes primum, Luctator dolosus est. „Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scri-
Cap. 8. ptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, binos quoniam etsi F plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoque iuuenibus cõtendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis mini-
2. de diff. pul. mam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui
2. Sym. prob. 4. non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductũ esse uoluerint, sed potius quod solum haec exercitatio

πηλὸ

A πηλοῦ id est luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Sosicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, idest a coniunctis, simulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitotorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmo

B dum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλλῦαι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas, deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabant, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.





LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atque huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbãte Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. lib. de machinamen.
Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, q palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. valet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ q duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositũ. Secundum q uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nã in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur; atq. ibi inuicẽ cõplicati, seq. mutuo conuoluentes alter alterũ sibi supponere nitebãtur: quemadmodũ clarissime mostrant depicti hic numni cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.


PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum,& stantem continenter,& tuto incedere posse demonstrat,quia perinde se moueret,ut palaestritae,qui per pulue rem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur,locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cōi animaliū gressu.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionē, qua palaestrita reducto pectore aduersariū retrahebat, ac ictum illius deuitabat,aut potius (ut erat Poeta semper obscoenitatū amator)eam lecti luctā interpretemur quam κλινοπάλην Domitianū vocasse tradit Suetonius. De eodem itē loquebatur Antyllus apud Oribasiū, 6.collect. dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super paui- cap.27.
B mento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata,qua ho lib.de diaeta. mines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur,& de qua Coelius Aurelianus uerba fecit,ubi uolutatio- 6.de dieta. nem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 2.de tu.va.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. *Cap. IX.*



PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse,testati sunt Plinius,
C & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in Prob.5. 2. Symp.obseruauit, continuo pugilatum luctae & cursui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib.5.

Quid uero esset haec exercitatio,quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hāc rem intellexerunt illi,qui pugnā cestū, & pugilatum idē penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorū tamen scriptis coniectura cōsequi possumus,in hac exercitatione homines nudos concertare cōsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis,uel aenea,uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicē percutere modo caput,modo dorsum,modo brachia petentes, neque umquā sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersa-

rium

rium pugnorum ictibus in terrã proſternebat, uel grauius & dam- D
noſius feriebat. Tyrrhenos ad tibiã πυκτεύειν ſolitos fuiſſe, ex ſen- (2. Symp. Prob. 5.)
tentia Eratoſthenis refert Athenaeus 4. Dipnoſoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inſeruiſſe, teſtatũ reliquit. ego uero ita ſentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ual. adnumerari, ſed pro ſanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in uſu in gymnaſijs fuiſſe. ad quod credendum duabus potiſsimum rationibus adducor, quarũ prima eſt, quod Galenus bis, uel ter ſolummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentiſsime tractauit, nullum paene uerbũ de hac exercitatione habuit, ſicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginoſis pugilatũ cõmendare uidetur: niſi (quod ego ſuſpicor) ſit Graecus contextus deprauatus. Quod ſi pugilatus medicae gymnaſticae exercitationis genus exſti- E
tiſſet, aequum certe erat, non adeo ab omnibus ſilentio praeteriri. Altera ratio eſt, quod, ſi naturã pugilatus exacte ſpectemus, cũ percuſsiones, & euitationes bellum gerentibus neceſſarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiã magnopere adiuuet, infitiari non poſſumus; at cũ ſolum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percuſsionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conſeruationi, boniq. habitus acquiſitioni cõferre poſsit, non uideo: ut tuto dicendũ ſit, pugilatũ in gymnaſtica medica exiguũ uſum habuiſſe in militari uero multum, in athletica plurimũ: cuius principes & auctores fuiſſe Amycum, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glaucus Caryſtius excelluit, ut quincta & uigeſima Olympiade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam me- F
ruerit uocari. Pugilatores iſtos pinguedini comparandae operã dediſſe, legitur apud Terentiũ. quod agebãt, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipſis illatas minus ſentirent: eſt enim experiẽtia & (In Eun. act. 2. ſce. 3)
ratione cõprobatũ, obeſos minus ex carnibus iniurias ſentire. Cur autẽ Teſprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, reſpõdeat, pugilice atq. athletice, nõ eſt admodũ difficile conie ctura cõſequi. quod etiã Galenus ſcriptũ reliquit, Luctatores potiſsimũ athletas ueros eſſe uocatos, ſed paullo ante ipſius tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuiſſe pugiles, & pãcratiaſtes. (1. de alim. fac. c. 2.)
qua de re fieri põt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuerſi eſſent, utriq. tamen robori. & corporis craſsitiei ſtuderẽt, & iccirco ſeruus ille merito pugilatum, & athleticam ſeparauerit, herumque ſuum robuſtum, & pingui uentre eſſe ſignificarit. Ex lucta & pugilatu (Plau. in Epidico.)

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; ut commendanda sit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2. uenustè admodum phreniticos, quod pugnis ministros, & adstātes feriatur pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratiastae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo in Cap. 5. lib. 5. elia.

B flexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτεταχόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc est, sin autem unusquisque digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis euadet, qui ipsam in pancratio protēderint. talis etenim manuum figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebant pancratiastae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accōmodata erat; his de causis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. 1. de motu muscul. " " " "

C de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pancratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarēt, sed nudi, ac sine complexu. Panaetius quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratiastarum gestus, & lusus hunc in modum pinxit. Vt sunt Athletarum qui pācratiae (melius pancratiastae) uocantur, nam sicuti illi ad certandum uocati proiectis alte brachijs consistunt, caputq. & os suum manibus oppositis, quasi uallo praemoeniunt, membraq. eorum omnia, priusque pugna motu est, aut ad uitandos ictus cauta sunt aut ad faciendos parata, " " " " "

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit: D

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferēdum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae genus apud ueteres pancrapum nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, ut uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedā species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autē erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erāt lora quaedam punctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie vocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

[Margin: 2. đ tu. ua. cap. vlt.] [Margin: E] [Margin: F]

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile

cognosci

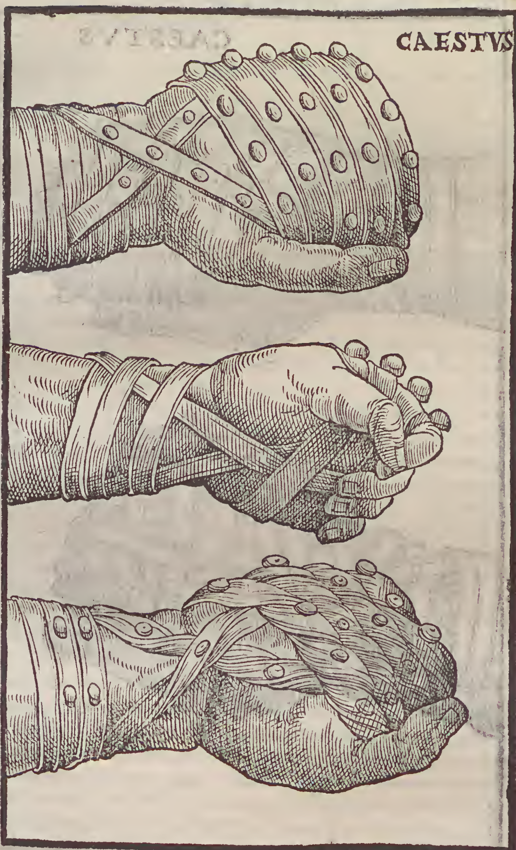
A cognoſci poteſt: quandoquidem tanto deterius percuſsiones ceſtibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expanſis manibus. quare non eſt credibile ſanitatis ſtudioſos hoc exercitationis genus adamaſſe, & qui ſe uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisque exponeret, ſanitati admodum conſuluiſſe: ſicut ex aduerſo athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere poſſumus, tum quia maxima populum huiuſcemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & ſacrificijs comparabant. Ceſtibus enim clarum fuiſſe Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce occiſum, ſcripſit Valerius Flaccus 4. Argon.

Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amicum ſuſpexit arenis.

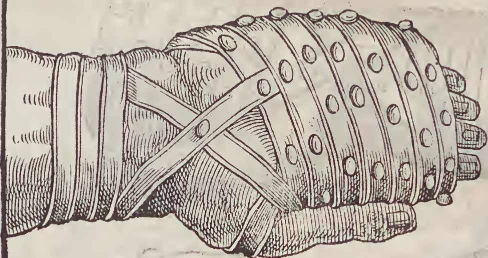
B ſimiliter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5.Aeneid.
ac Ammonem ceſtibus ualuiſſe ſcripſerunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & ceſtus, unum Pancratium in medicina gymnaſtica frequentius, cèteros duos rarius uſurpatos eſſe iam liquet. Pugilum autem, qui ceſtibus certabant, nec non ceſtuum ipſorum uarias picturas hic damus, ut ipſas uel ex ſepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum ſculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritiſsimus. 5.metam.

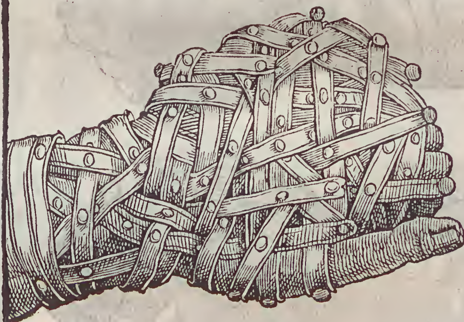



PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A *De Cursu.* *Cap. X.*



NTER cetera, quae ob uitae conseruationē animalibus a natura tributa fuerunt, currēdi potestatem praecipuā esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualētium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendū esset, cum multo tempore ad currendū ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia a natura
B in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam cōseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendā uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes, ut disputat Plutarchus ij. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque
C etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currēdi celeritatē, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exēplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quē similiter legitur, Endymionē filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerū num-

lib. de cōi aīal. gress. li. 15. d vsu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quod diceret, ingenuum non D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesq. tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit nõ in ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut iure diſputetur apud Plutarchũ .ij. ſymp. antiquior ne fuerit in bellico, & concertatorio uſu lucta, & pugilatus an curſus. Platonis ſententiã ſecutus Vegetius in cõmentario de militari exercitatione ſcriptũ reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari diſciplinae incumbunt, aſſuefaciendos eſſe, ut maiore impetu in hoſtem currant: ut loca opportuna celeriter, cum uſu uenerit, occupent, uel aduerſarijs idẽ facere uolentibus praeoccupent, ut ad explorandũ alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga cõprehendant. Refert E
Salluſtius de Magni Pompeij exercitatione eum cũ agilibus, ſaltu; cũ uelocibus, curſu; cũ ualidis, uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandũ umquã fuiſſe, niſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequẽtibus exercitijs ad bella praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bellica maximi momenti fuiſſe, & quemadmodum athleticũ quattuor praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadiũ de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulũ, & armatum, in quorũ
lib. 1. c. 9. poſtremo bis Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde σταδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμι dicti ſunt, horum exercitatores. Qui praeterea Ariſtotelem j. lib. magn. moral. & Galenum medicum in 2. & in 6. de tu. ual. libro non oſcitanter uidit intelligere facile poteſt, curſum inter exercitationes ſanitati ac bono F
corporum habitui conferentes non exiguam partem habuiſſe: quã-
lib. Epĩ. 2 xv. do etiã Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primũ locũ curſui dedit, etſi non admodum percipio, quid epiſt. 3. indicare uoluerit dum ſe Hieram feciſſe, quod raro euenit curſoribus, ait nam ſi (ut eruditiſsimus Muretus putat) pro Hiera mediã ſtadij lineam cõcipiamus quomodo curſores eam raro facere dicat, non ſatis aſſequor. Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum reperio, alterã in anteriora currẽdi, alterã in poſte-
2. d tu. ua. cap. 10. riora, alterã in orbem. quamuis itẽ apud Galenũ & dolichũ, & diaulum reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorũ duplicis ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterũ uero definiunt fere omnes fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaque

A stadium erat cursus unius tātum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

Φημὶ πολυςιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν ςαδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνομένου πνεύματος ἐςὶ τόνος.

Idem ex prouerbio *μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον* a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non
B esse quaerendam maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas, commoditasue postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis sententia, quod currentes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 5
C aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

De Saltu. *Cap. XI.*



CVRSVI saltus, *ἅλμα* a Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *ὀρχεῖσθαι*, alterius *ἅλλεσθαι*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationē effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā prorsus

lib. 1. de re mili. c. 9. ſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit iuuenes, qui militiae operam nauant, ad ſaltum praecipue exercendos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo ſuperatur, ut, cum eiuſmodi difficultates euenerint, poſsint ſine labore tranſire. In athletica uero facultate ſaltum locũ habuiſſe, praeter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, ſaltum primum hoc uerſiculo fecerunt. D

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος ϗ πάλη,

ideſt,

Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,

teſtatur abunde Ariſtoteles, qui in libro de communi animalium greſſu ſcriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam non comprehenſis quod itẽ poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaeſtrarum exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes Oribaſium diligentius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiã habuit: quod exſilire, & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν, ſiue exſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quando ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectẽdo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam mediũ, uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Senecam intellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltũ commendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui ſaliaris, aut fulonius dicebatur. Exſilitione olim utebantur Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſaltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utriſque uno & eodem tempore. Has mulieres poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quando ſaltantes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uerba faciens Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu continẽtem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos E F

Lib. 2. Epiſt. 15.

Lib. 14. cap. 8.

Lib. de cõi aĩal greſſu

pompa-

A pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehemētius saltarent, quae ponduscula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἀλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἀλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halctērū diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, uel halteres manu gestent, quam si brachio B inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτῆρες, & ἀλκτηρεία, sed ἀλτῆρες, & ἀλτηρεία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἀλκτῆρες usurpatam inuenire mihi cōtigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atq. tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictū habebant; quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maio- C rem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cū simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, vt melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.

in libro περὶ κόπων.

v. Sect. pb. lib. d lassit.





An ea pódera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciendã inseruirent, ita existimo, ijs, q grã ualetudinis exercebant̃, hũc finẽ habuisse. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ. s. q maioribus pọderibus onerati lõgius, & altius saltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erāt quoq. qui ſupra utres oleo unctos & uino plenos pedibus ſal tarēt; inter quos uictores ij cēſebātur, q ita ſeſe dextere gerebāt, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi pro uictoriae pmio utrē cū uino ferebāt: q uero terrā natibus percutiebāt, nō ſine magna uoluptate ſpectatoribus riſum mouebāt. Id autē antiquitus obſeruatū in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pellibus cōflati ſaltibus calcabātur in caprarū contēptū, q adeo uitibus infeſtae credūtur. De hoc Ariſtophanes ī Pluto: ἀσκωλίαζεν ταῦθα πρὸς τὴν αἴθρειαν. i. hic ſub dio ſupra utrē ſalta, & Eubulus apud Ariſtophanis interpretē: Ϗ πρόσγετετο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθαι, Ϗ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrē in medio collocantes ſupra ipſum ſaltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno proſequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula laeti.*

B *Mollibus in pratis unctos ſaliere per utres*

Sed illud nō ignorādū, qđ ſcriptū eſt apud Iul. Poll. ἀσκολιάζειν, tā de his, q de uno ſubleuato pede, altero ſolo ſaltātib., dictū eē apđ ueteres.

De Diſco & halteribus. *Cap. XII.*



ISCI iactū inter exercitationes gymnaſiorū haudquaq infimū locū habuiſſe, nō modo Gal. clariſsimis uerbis affirmauit, Propert. pdixit, uerū ēt Vitruuius elegātiſsima quadā hiſtoria aperte īſinuare uiſus eſt, apud quē legitur, qđ cū Apaturius Alabandeus Trallibus ſcenā excellētiſsime finxiſſet, adſpectusq. eius propter aſperitatē eblādiretur oīum uiſus, & iā id opus pbare fuiſſent parati, tū Licinius Mathematicus pdijt, & ait Alabādeos ſatis acutos ad oēs res ciuiles haberi, ſed pptter nō magnū vitiū indecētiae inſipiētes eos eſſe iudicatos, qđ ī gymnaſio eorū, q ſunt ſtatuae oēs, ſūt

2. đ tu. ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C cauſſas agētes, in foro autē diſcos tenētes, aut currētes, ſeu pila ludētes: notauit.n mathematicus qđ, ſicuti ſtatuae cauſſas agētes fori ſunt propriae, ita diſcū tenentes gymnaſij, & ob id indecentē inter locorū proprietates ſtatū ſignorū publicae ciuitati uitiū exiſtimationis adieciſſe dixit. Erāt itaq. antiquis illis diſcus gymnaſij exercitatio, quā an bellicae peritiae ſtudioſi inter ceteras exercerēt, nō admodum mihi cōſtat, niſi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militibus cōmendat, diſci quoq. iaculationē ſubintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq. 2. Ilia. ſignificauit, ubi finxit Achillem Agamēnoni iratū Myrmidonas ſuos a pugnando remouiſſe, atq. illos ipſos ne toreſcerēt in maris littore ſeſe diſcis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuiſſe: quaſi ſi nō laedēdis hoſtibus, ſaltē uariae agilitati ipſorū cōparādae hmōi exercitatio accōmodata eſſet. Athletas uero in eo ſe exercuiſſe, nec nō in publicis certaminibus contēdiſſe, manifeſtū facere pōt cōmunis auctorū ſentētia, qui inter athletarū certamina diſcū omnes uno ore adnumerāt, & praeter hos pictura, quā hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotundum, quod aliquãdo adeo graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari poſſet: ueluti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui grauis, & comprehenſu difficilis erat, eum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam inuenio, inſtrumẽtum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus, quod magis ſuſpicor. exſtiterit) ſolis corpus *δίσκος* uocetur. Vocatus ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſas ferebantur. Vnde *δισκοφόροι* appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinãtur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumẽti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο; ideſt, *ludebant diſcis*,

inquit: *δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι*. Vnde ſecũdũ huius ſentẽtiã patere põt, diſcũ fuiſſe lapidẽ grauẽ, quẽ exercẽtes ſe proijciebãt, &, cum ferreus, erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

Splendida cum volitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

Alij, quibus ego aſſentior, crediderunt diſcum fuiſſe laminam quandam trium uel quatuor digitorum craſsitudine, lõgiorem paullo plus C pede, alias lapideam, alias ferream, (aeneam quoq. ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſsimus Ligorius) cuiuſmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuiſſe puto, planam quaſi lentis ſpeciem referentem, quam in aerem proijciebant, ſed modo a iaculorum miſsione diuerſo, ſi quidẽ in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorſum impellebant contra in diſco manu ad pectus adducta, atq. extrorſum & deorſum reducti, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

Miſsile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam *δίσκον* nuncupantem, expreſſa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitum uidere licet.



qđ itẽ oſtẽdit alterius diſcoboli brachiũ Lapideũ hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatũ, ex qbus ſimiliter diſcũ eiaculãdi modũ intelligere licet, ut prudẽter nos monuit doctiſsimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamẽtũ, q brachij figurã ad nos miſit.



Harum ſtatuarũ ſimiles alias duas diſcobolorũ fuiſſe ueriſimile eſt, quarum unã ex aere Myronem praeclariſsimum ſtatuariũ finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorẽ illuſtrem excel-

lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formā disci una cū praedictis testimonijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nūquā certe affirmare ausus esset, discū pilā rotundā in medio perforatā fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quālibet rem orbiculatā praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ D. Cyprianus in lib. de spectaculis discū uocat orbē aeneū, & in Marci Aurelij Imp. nūmis quibusdā Apolloniae Illirij excusis, quorū exēplar supra positū est, huiusmodi Discobolorū lusus repraesentatur, in quo discū quadrā quandā orbiculatā, & in medio perforatā fuisse apparet. Vt hinc conijciā, non unā discorū formā exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uterētur. Illud attamē praetereundū nō est, in disco iaculando artē quādā, ut Pindari interpres ostēdit, necessariā exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebātur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actū fuit, quē disco Hyacinthū interfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatū, qd' in palaestra actitari solitū scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cōprehēdere cōsueuisse, demōstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiū ita scripta reperiūtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὥστε τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύνευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris iaculatione. Differentia autē est halterū ipsorū. aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim inflexis, aut in manuū protensione, quae quiescunt, & ut plurimū breui motu mouētur, solū continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secūdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet haltes huiuscemodi ex eadem materia, atque eadē forma, qua saltatorum pōdera esse possent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur, perinde ac tēporibus nostris apud multos in usu habetur, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidē vel terreū, uel plumbeū manibus, ac brachijs extēsis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Aretaeus, auctor nō minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis τῶν ἁλτήρων βολὴν cōmendauit. Et ut posit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarū imagines, quas ex gēmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Lig.

Tabul



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occaſionem aliquã do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρος ἁλητῆρα nõ parum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a nobis deſcriptum, nec non pondera a ſaltatoribus manibus apprehendi ſolita ſignificat, ἁλτῆρα uero genus fuiſſe orcheſticae, ſiue ſaltationis apud Sycionios uſitatũ refert Athenaeus. quo nomine Ithacenſes quoq. unam exercebant, quam non ſine Vlyſsis fortuna atque aerumnis conſtitiſſe arbitror; ſi quidem ἁλητὴρ ex Homeri uerſibus, ex Hippocratis uſu, atque Galeni interpretatione mendicũ atq. erroneũ ſignificat. Quales porro fuerint huiuſmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, niſi id quod Pauſanias in v. Eliacorum ſcripſit in hunc modũ: Οἱ δὲ ὁλτῆρες οὗτοι παρέχοντο χῆμα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέσατον περιφερεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέναι, καθάπερ δι' ὀχάνων ἀσπίδος. ideſt, Hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent, neque dimidio ad exactiſsimam rotunditatem perueniunt. Ita uero facta eorum eſt figura, ut manuum digiti tamquam per clypei anſam immittantur: a quo paullo diuerſius ſenſiſſe uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos, ubi ſcribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaeſtritae halteras appellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuſo, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis elicitur Halteres fuiſſe maſſulas quaſdam, ſiue manipulos ex uarijs materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea ſententia nedum ſolis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipſis circumfuſis, deinde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hiſce temporibus multi, qui ſic aut rotulas ferreas, aut caſeos, aut quid aliud ſimile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipſum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus ſcribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλλομένων, nil aliud animo concepiſſe, niſi quod illae tum lapidibus a manibns, tum a fundis emiſsis inter ſe certare deberent. nam & ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere conſueuiſſe indicauimus; unde ſub nomine lapidis a manibus emiſsi ἁλτῆρα Platonem intellexiſſe non eſt prorſus rationi diſſentaneum: ueluti certum eſt, fundam ab halteribus diuerſam funicu-

Li. 4. chro. cap. 2.

D E F

lum

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi B quas funda sibiipsis comparassent. lib.7.c.56.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis verbera fundae. 1.Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib.ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: volat illud, & incandescit eundo.

Quod vero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C *De Iaculatione. Cap. XIII.*



QVAMVIS τῆς πάσης ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quãdoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species esse cisse 8. de legi. dialogo uidetur, alterã τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides exstitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib.14. 7.de leg.

hasta iuuatur amento

cum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. ingen

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenũ quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Aegineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumque graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autẽ siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tẽporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis nõ paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neque telum contorquere potuisse memoriae mandauit, qui pariter in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam esse ἐν ἀκοντισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδονήσει, ἄλλο δ' ἐν λιθοβολίῃσιν, ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emissione, necnon pugilatu. Habebãt uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. qđ explicauit Horatius hoc uersu.

D

li. de aere; aquis, & locis.

E

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. I. car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus antiquos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atq. Aesculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebãt, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari con-

li. de re mi lit.
li. 10. c 15.

F

In suasau. ad bo. ar.

Loco cit.

A consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiã quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atque multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq.
B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atque etiam Imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei Libro 1.
C filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praesertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant. Plinius. lib. 7. c. 56.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.



VLTAS exercitationũ species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quã illae, quarum maior pars tametsi haudquaquã in gymnasijs praecipue peragetur, neq. itẽ ad saltatoriã pertineret, in E quã, & palaestricam usi sumus superiori libro uniuersam gymnasticã distribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si nõ proprie, saltẽ cõmuniter exercitationes uocari merẽtur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debẽt. Amplius eadẽ ad bonum habitum corporis, atq. ad ualetudinẽ cõferre oẽs medici fatentur: unde, cum studiũ nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas oẽs corporis exercitationes tradamus, q̃ & ualetudinẽ iuuare, & optimũ corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam cõsiderare statuerimus, uel vnũ aliquod intractatum relinquere praeter ordinẽ, & praeter institutũ nostrũ foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonẽ habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atq. adhuc in sequẽ F tibus idẽ facturi simus: propterea quod primũ atq. praecipuum cõsilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarũ duarũ condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae cõfuse de singulis simul, uel indistincte saltẽ ab auctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neq. ulla lectoribus errãdi occasio relinqueretur, tum quia eaedẽ exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & deniq. a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonẽ habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquā quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeque uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquā iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendū subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus

B recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. 11.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodā artificio, singularique, & pro-

C pe diuina prouidentia nobis pedes nō ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quā, ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq; apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non

3. de usu partium.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D
uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exae-
lib. 5. c. 9. dificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum censuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea
5. de tu. ua. cap. 11. similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quan- E
doque solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neque Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de F
oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulantium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri extruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudo relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherri-
l. 12 c. 2. mis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias? nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare posśint? Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sa- li. epist. 2. & 5.

B nitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi In Oecon.

C dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut asśiduo exercitatio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites asśidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci lib 1 de re mil. cap. 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine desumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, & Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remisiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apotherapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capacior ad cenam ueniret guttur.

3. de usu partium.

In Oecon.

Coeli' Au. li. Chron. 2 cap. 3.

lib. de causis procat.

3. d tu. ua. cap. 2.

D E F

An Erectum stare sit exercitatio. *Cap. III.*



QVi rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulāt, saltem aliquo pacto moueri, propterea que statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

modo

A modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam huncin modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exſiſtere, cui motui ſtatum plane contrarium eſſe praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum principia ſtatum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertiſsime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſsime perſuadet. Nam & multorum ueterum ſententia fuit, nō quae moueri uideantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficaciſsimis rationibus, ac fere ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim non tam quando modo ſurſum, modo deorſum uolitant, in motu B eſſe cenſentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod ſic probatur, quia ſi auis quae ſtare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam niſi mortuam in terris uideri, & uiuam ſemper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto cauſſam, niſi quoniam corpus illud in ſublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo motu poſtea priuatum corpus, atque naturae ſuae dimiſſum ad centrum declinat, ſicuti dum contra naturae ſuae inclinationē ſurſum ſuſtinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quieſcit, ſed quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum a natura acti, altero animae ſurſum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra ſurſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus ſuboritur. cuius indicium illud habetur, quod ſi anima a corpore erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, ſurſum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis perſuaſum eſſe debeat, eos, qui pedibus erecti ſtant, ob continuos, & contrarios animae corporiſque obnixus aliquo pacto moueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes, & a terra attollentes, erigenteſq. uehementer intendi: cuius intenſionis atque etiam ipſius occulti motus merito poſtea efficitur, ut ſtare maiorem laborem, ac laſsitudinem moleſtiorem pariat, quam ambulare, ſicuti praeclariſsime a Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neque Plato ubi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contrarium

In Soph.

Lib. de tre. & rig.

rium collocauit, uera prorſus locutus eſt, cum Ariſtoteles. 5. Phyſicorum libro longa oratione non ſtatum motui, ſed motum motui contrarium eſſe demonſtrauerit; niſi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac ſtatus myſtice (ut ſolet) intellexiſſe, cum ex ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat. Si igitur tot rationibus ſatis comprobatur; erectos ſtantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, conſentaneum uidetur, ut nõ ob id ſtatus ab exercitationũ ordine remouẽdus ſit, quod exercitatio definiatur eſſe motus, & ipſe minime motus appellationem mereatur, quinimmo ſicuti quãplures motus, qui ſanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etſi uere ac proprie exercitationes non ſint, cõmuniter tamen eſſe a nobis ſupra abunde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſtare erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vnde ſapientiſsimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere alias praedicauit, ſtare, & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit: quaſi innuere uoluerit, dum corpus ſurſum uel ſedendo, uel ſtando detinetur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipſa in cicatricem coaleſcere minime permittat. atque hoc eſſe puto, quod a Coelio in Epilepſiae curatione ſtans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnaſtae inter alias corporũ exercitationes huiuſcemodi ſtatum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere uſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis imitatores recti ſtantes ſeſe ceteris a loco dimouendos oſtentandi roboris gratia praebebant, uel ſtatu non per ſe, ſed ob alium utebantur: ideo haudquaquam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi ueriſimile redditur. Quod quaeſo certamen in ſtando ſolum effectum cerni poterat, quod aut ſpectatoribus delectationem afferret, aut ſacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut ſtadijs inſeruiret, ut horum gratia athletas ſeſe exercere, uel certare ſtantes ſolitos dicamus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant, ſed non ob aliud niſi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſq. ſibi ferebat, quibus ad commode, & citra moleſtiam ſpectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, iſque uſus primum M. Meſſalla & Caſsio Coſ. creuit, mox P. Scipionẽ Naſica cenſore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedentiue ludos ſpectare licitum eſſet. Quod porro traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe, ut adorantes ſtarent erecti, ſtantesq. Ioui ſacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus vsque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certam inibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putātur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautū insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapiū salutat? cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demōstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus Imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quàm ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quàm ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercitationis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accómodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo differt, quisne erectus sub sole stet (ὑλιθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur nisi eam, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alteratio-

5. partic. Prob. 34.

nem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illos qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari cre- E

Epist.lib. 3. & 6.

ditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exstiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue uale- F tudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atq. Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-

cis

A cis certaminibus ſpectaculisq. coronas uictoriae conſequerētur, po pulumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atq. ſanitatē ipſam acquirerent, tuerenturq. hos apud Euſeb. viij. Hiſt. Eccl. cap. xviij. Μαχήτας nuncupatos exiſtimo, ut ij. qui pugiles eo in loco tranſtulerũt inepte feſellerint. Quomodo uero efficeretur, quoniam ſatis quiſq. ex ſe conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immmorabor: illud ſolũ praetermittere nolo, apud Oribaſiũ duplicē pugnam in medicinae gymnaſtica exſtitiſſe: alteram cũ telis ſemper, alteram plerumq. ſine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilē pugnã uocarunt noſtri. telorũ pugna efficiebatur, quando ſinguli inter ſe armis rudibus, uel incidentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomē antiquitus utraq. ſortita fuit, & B a Coelio Aureliano hoplomachia hoc eſt armorũ ficta cõfrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At ſciamachiam fuiſſe, quando homo aduerſus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, ꝑter Platonē, ꝙ & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, ꝙ ex Antylli ſentētia tradit, ita certantes cõſueſſe nõ ſolum cum umbra manibus, atq. cruribus pugnare, uerũ etiã aduerſus columnam, & aduerſus palum, de quo fecit mentionē Iuuenalis, aut murũ, nec non aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam ſalientes, interdũ tamquã pedibus cedentes, id quod tunc potiſsimũ ueteres facere cõſueuiſſe opinor, quando antimachus ſiue aduerſarius deerat, ſiue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non poſſet minimũ quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis C quibusuis aduerſum alterum contēdere ſolent. Primũ enim illud innuiſſe uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, τῶν τε ἐμψύχων, ἢ τῶν ἀψύχων ἀπορύσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναςῶν, ἆρά γε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc eſt, Si oībus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorũ, qui nobiſcũ exerceantur, inopiã, aduerſus noſmetipſos uere umbratili pugna certare audebimus. & poſt ipſum Plutar. ĩ 7. Prob. cõuiuialiũ: ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴκοι ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: ideſt, Sed uideo, ait, uos iam vmbratili pugna aduerſus idola certare paratos. Neq. uero admirari quis debet, qđ antiquos cum umbris pugnaſſe (quaſi id ridiculũ ſit) affirmarim; quoniam etiam hiſce tēporibus nõ pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, ut exerceantur, aduerſus aerem pugnis, brachijs, armiſq. certant, uel quando aduerſarius abeſt, uel qñ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apoſtolus loquēs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, i. Ita pugnis certo, quaſi aerem

5. chro. pa. cap. ulti.

Sat. 6.

7. de leg.

Prob. 10.

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationũ loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc nõ recepe rit. quod enim athletica uetustissimis usq. tẽporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchũ habemus, qui in 5. Sympos. scriptũ reliquit, antiquitus monomachiam. s. aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quin quaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabãtur, usq. ad mortem deuictorũ cadentiumq. iugulationem procedere cõsueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tẽpore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorũ spectacula nõ modo in festis, atq. amphitheatris, uerũ etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinẽ mutuatos adhibuisse; quamuis Romani nõ monomachos, sed gladiatores hos oẽs nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnãtes Smaragdo Neronẽ spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artẽ plurimis absurdis plenã exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integrę dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandũ plane habebant, quod certantes quã grauius poterant, sese ferire studebant, & non solũ (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messalinae aetate medicinã Romae exercuit) cõtusiones in luctationibus patiebantur, sed etiã non raro usq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen protẽdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum, atq. Plutarchũ, Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis põtifice in eorũ medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnãdũ pugnae hanc propositã sortẽ fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occũbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanarũ quaestionũ memoriae mandauit, athletas etiã uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactũ ijs esset, se uelle decũbere. nã usq.

adeo

2. Prob.

Lib. 15. ca. 18 & lib. 37. c. 5.

3. de cõp. me. p gen.

Lib. 7. c. 3

A adeo mortem, ac vulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec multū mutarent, huiusmodi uero nefandas hominū caedes cū sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus narrat Dion eum edicto cauisse, ut gladiatores nō acuto ferro, sed obtusis gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi arti discendae operā nauant. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidē Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinē ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatū est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinē crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorū moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis posit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, qd acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriātur, pugnant ad bestias nō crimine, sed furore: spectāt filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi C licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tāq. diris esse se nō putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationē hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatē ostendendam, nil luculentius haberi posit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue cōsulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerēt, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria

lib. 17. c. 7.
Primo de alim. fac.
lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti.
li 2 epist.
lib. 35. c. 7.

in

in foro per triduum auo ſuo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod D
uenales eſſent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur,
mihi certe perſuadent ex omnium hominum ignobiliſsimo ſimul
ac impuriſsimo genere ueluti ſeruis exſtitiſſe. Ex altera parte cũ Ga
3. de frac. lenus referat, ſacerdotes monomachiam exercere ſolitos, cũ Athe-
lib. hiſt. 1. naeus ſcribat illuſtres uiros, atq. Duces monomachiam exercuiſſe,
cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperato-
rem gladiatorem eximium fuiſſe, & in publicis theatris, ſpreta Im-
peratoria dignitate, gladiatoris partes adimpleſſe ſcribant. cum tra
dant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium,
ac uenationes edere conſueuiſſe, ut ciuium ſanguine ſic effuſo pu-
Spartiānus gnae quadam imagine Nemeſis ſe, ideſt Fortunae uis quaedam ex-
ī Pupieno; pleret, uel ut inſueſcerent milites uulnera, atq. caedes inſpectare.
& Albino. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Athenien- E
In Anach. ſibus fuiſſe, ut iuuenes cothurnicibus ſiue qualeis, ac gallis pugnan-
tibus ſpectandis ſtudium impēderent, quo illi uolucres uſq. ad ex-
tremam uirium defectionem roſtris certantes, intuentes, ad fortiter
ſubeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenero-
ſiores apparerent, inflammarentur, cuius ſtudij mentionem quoq.
fecit Aeſchines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap.
2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quaſi credere co-
gor, tum nobiles aliquādo, tum ignobiles ut plurimum athleticam
hanc atq. gladiatoriam pugnandi ſpeciem exercuiſſe: quādo etiam
apud Athenaeũ reperio, nonnullos teſtamento cauiſſe, uti pulcher
rimae etiam puellae monomachorum inſtar decertarēt, aut qui in
delicijs fuiſſent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acu-
torum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandā eſſe. F
quos ſciamachiam quoque interdum, ſiue umbratilem pugnam
exercuiſſe, inde ſatis conijcere poſſemus, quod Glaucus Caryſtius
athleta ſtrenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pu-
gnandi excellentiam celebratus ſit, eique ſtatua habitu, formaque
in umbra pugnantis erecta, ut Pauſanias narrat, tradatur: niſi cer-
tius comprobarent illud haec Dionyſij in libro de diuinis nomi-
cap. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν
περὶ δυ- ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμε-
νάμεως νοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκια
" μαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: i. Quod ſa-
piens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur,
qui ſaepe antagoniſtas imbecillos eſſe ſupponentes, prout ipſis
uidetur, necnon aduerſus eos abſentes fortiter umbratili pugna
certan-

A certantes, aduerſarios ipſos uiciſſe putant. Habuit & Athletarum gymnaſtica pugnae aduerſus palum exercitationem: cum Vegetius ſcribat, palorum uſum non tantum militibus, ſed etiam gladiatoribus plurimum profuiſſe, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declaraſſe, niſi qui diligenter ad palum fuiſſent exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Ariſtoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6. lib. 1. de re milit.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat aßiduis ſudibus, ſcutoq. laceßit
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicã gymnaſticã, pugnarum armatarũ utrarumq. exercitationibus minime caruiſſe, abunde demõſtratũ eſt & a Platone, & ab Ariſtotele, qui in libris Politicorum ſemina quaedam huiuſce 7. de legib.
B exercitationis monſtrauit, ac fortaſſe in illis perfecit, quos ab eo ſcriptos a nobis deſiderari oẽs docti ſciunt. quamuis credibile eſt, dum ad perdiſcendũ exercerentur, rudia tela plerumq. in uſum ueniſſe. quod enim huiuſcemodi cõcertationes maximã ad belli peritiã utilitatẽ praeſtarent, nemo qui hiſce tẽporibus eorũ profeſſores ſpectauerit, negaret, quando ſimiliter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offenſione ſimul & defenſione praepoſuerit, in ipſisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarẽ monomachiam illã fuiſſe, quã Hermippus Mantinaeos inueniſſe, & Cyreneos aemulatos eſſe ſcribit, ego ferme credo: ſicuti ſimiliter exiſtimo, quam ſcrimiam uulgus dicit, eam ipſam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falſo Athenæus lib. 4.
C autumarunt, eſſe, de qua locutus Plato mea ſententia uidetur, quando in Lachete ſcripſit, iuuenibus conducere, ut armis pugnare diſcant, quoniam ſic habitus corporis robuſtus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec eſt, aut minus laborioſa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores ſe uſque ad necem feriebant, ſed rudibus telis quaſi ſeſe petere inuicem ſimulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auerſiones ediſcebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas poſt cenam factitaſſe, Poſsidonius auctor eſt. Iam uero omnium frequentiſsime pugnam aduerſus palum exercebant, qui militarem diſciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam ſcribit Vegetius, quod a ſingulis tyronibus ſinguli pali defigebantur in terram, ita ut micare non poſſent, & ſex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti lib. 1. de re milit. c. 11.

luti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insiliret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiã armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condu- E centem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damca inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in oculis ferientem, hisce uersibus carpit.

6. collect. — 2. de tu. ua. c. 11. & 12. — Lib. 8.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus. F

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant enarrandae, antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.



RAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκρο-

χειρί-

A χειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, ſchen obatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſsimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita ,,
populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat. Fu- ,,
nambulis non admodum diſsimile fuit genus id ludi, quod apud Heſychium, & Pollucem σκαπάρδα uocatum inuenitur, in eo
B enim trabs ſolo depacta erigebatur in cuius ſummo foramen erat per quod funis traijciebatur ex una parte ſuniculi, alter auerſus circumlegabatur, alter ab altera trahebat, ſique trahens ſocium uſq. ad ſummum traxerat protinus uictor denunciabatur, ſin alter reſiſtens minime ſe trahi ſinebat, penes ipſum uictoria iudicabatur.




FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, vt non prius eos dimitteret, 6. Eliac.

B quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum vterque verbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans 2. de tu. va. cap. lib. 2. li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.

C uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de- In Misc. In vita Lycurgi.

fatigari: de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger D legebat.

Sat. 11. *Qui Lacedemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.





fatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger legebat. D

Sat. 11. *Qui Lacedemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec
2. de tu. ua. enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.





uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum cõferre credebatur, quẽadmodum item cum alterum quis medium cõplexus, aut etiã ipse medio cõprehensus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem cõplectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a cõplectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu onus aliquod sublatũ inuicem protendebat, reducebatq., ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quã exercitationes per se separatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: *κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία.* i. Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quãdo describens ludum distractorum haec uerba habet: *ἡ δὲ διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἔστ' ἂν καθ' ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες.* hoc est. Dielcystinda autem, plerumq. in palaestris luditur, ueruntamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem transmigrauerint, penes illam uistoria est.

D E F

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. ualet. lib. & ante ipsum Goelius Aurelianus inter medicos nõ infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti

thoracis

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant, B alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trursus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excre- C menti secum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus pespectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps uehemen-

Prob. sect. 33.

3. de Sympto. causis

uehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκπορισαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non vterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes spiritus quoque retentione duabus de caussis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodã modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores exire, diffariue non patitur: vnde postea retentis illis neque laborantes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatẽtur, ulla ex parte flacessere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent: quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, τείνοντας, legendum esse, omnis ratio ꝑsuadet: etsi bonus Erasmus diligens nimis interpres hoc non viderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retẽtione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum voluptatis gratia in spiritus retentione se quãdoque exercuisse. inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiam costis & pectore robustis vittis ligato tamdiu spiritũ retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes venae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atq; ab eis hasce.

Margin notes: 3. dtu. va. cap. 2. (beside "situdine recrearentur") — 2. partic. prob. 1. (beside "nimus, quasi ex tali")



propria manu expreßiſſe nobis ſignificauit. In ipſis namq. videre licet faſcias pectori, & coſtis vt meminit Galenus circumuolutas, tum ventres atque ſcrotam (ſicut fit in ualidis ſpiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero ſint raſo capite, ſolis quibuſdam in ſummo uertice capillis apparentibus, ſimulque halterem e brachio ſiniſtro pendentem gerant, puto quod & ſerui eſſent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in ſpiritu retinendo celebres ab artifice repraeſentati fuerunt. etenim ſeruos apud multas nationes caput raſiſſe legimus, quemadmodum & Dacas ſeruitijs nobiles toto capite raſo, atque cirro tantum in ſummo uertice relicto incedere conſueuiſſe, memoriae proditum eſt. D

De Vociferatione, & riſu. Cap. VII.

E



NTER ceteros, quos plurimos, atque neceſſarios in humana uita uſus habet ſpiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud ſit, quam aeris uehemens percuſsio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a reſpiratione ſola, uel ſaltem non abſque ipſa ſuppeditari, Ariſtoteles, & Galenus praeclariſsimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi, poſtquam de ſpiritus retentione uerba feci, ſtatim uociferationis tractationem ſubiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucißima de uociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exercitationes numerari debere non cenſuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribaſium medicus celebratißimus non modo eam exercitationem eſſe uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuerſorum curationem, tum ad uocis ipſius cultum ualde aeſtimatã fuiſſe ſcripſit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore poſterioribus ſaeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae profeſſores, aut militaris diſciplinae ſtudioſi hoc exercitationis genus in uſu haberent, & ſi apud nullum auctorem notatum aduerterim: perſuaſum tamen mihi eſt, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipſorum profeßioni aut conuenientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe. Quod ſi dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conſerendis clamoribus non ſine utilitate uſos, quando Caeſar haud fruſtra antiquitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, ut in bello committendo ſigna undique concinerent, clamoremque uniuerſi tollerent, quibus rebus F

lib.1.ſer.3. cap.5. li.1. fen.3. doc.2. c 2. 3. de bello ciuili.

bus

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerũt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae cõferre. Duo solum hominũ genera uocis exercitationi sedulò operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorũ gymnasticos. Histrionicã enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, necnon uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, necnon etiam antiquioribus tẽporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari cõsueuisse. ob qđ uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Au B reliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tẽpora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamẽtorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos, s. praecones, nec non tragoediã, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, C atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

11. & 19. partic.

lib. 5. chro. cap. ult.

In Ione.

19 partic. prob.

li. 7. c. 25.

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit Comoedijs omnibus vna satis. & alibi: Lib. 7.
Dum ludit media populo spectante palaestra,

Heu

Heu cecidit misero fibula, verpus erat. D

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat.6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem uendentis praetoribus.

Satis itaq. constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum tẽporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artẽ phonasciam a Theophrasto fuisse appellatã. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos au ctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundũ Pausaniã imagine theatri con structum habuisse, in quẽ deferebantur poemata, priusquã in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatũ, in hoc uocis exercitationes, atq. certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronẽ, musicũ certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atq. psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorũ exedris, in quibus philosophos, & rethores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, seipsosq. exercuisse suspicor, cũ ad formandas excollendasque uoces, alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus, quẽ Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatẽ haesitaret Neoptolemo histrioni decẽ millia drachmarum numerasse, ut cũ uno spiritu uersuum periodos proferre faceret auctor est Plutarchus in decẽ oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιςρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem cõmendasse, similiter & Coeliũ Aurelianum antiquum inter latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiũ anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptore administrandum

[Margin notes: lib.1. Atti. (beside "cos, quam Romanos"); E (right margin, beside "Graecis, a Latinis"); F (right margin, beside "oratoribus"); In Prot. / In lib. de tuen. san. / In xix. partic. prob. (beside "tele, ac Plutarcho" … "superarent"); Lib 1.c 8. / lib.1 chro. c 1. & lib. 2 cap 6. (beside "lium Celsum" … "tiquum inter")]

A strandum consuluisse, ad credendũ adducor; aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli tẽporibus ipsa maius incremẽtum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationẽ uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinẽ, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, utpote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorẽ excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inferat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demõstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cũ aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spõgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquã prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabantur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eam redigendo: deinde cum non multũ in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiusce modi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de tu. ual.

4 Meth. Lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, D
Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica excla-
mantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam dixi
mus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo
dulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione il-
lud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuersam &
paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera ani-
mum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musi
cam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, om-
nino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucun-
ditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto compo-
nere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus pu
blicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa
uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E
qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica
eam locũ obtinere perspicuum fit: cuius rei illa asignari ratio po-
test, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui se-
19. partic. Prob. 38. cundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent,
& seruant. ut hac de causa nemo infitiari debeat, quin musica, per-
inde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam
lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum
fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscis-
sione curandis modo uocis exercitium musico monitore composi-
tum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum or-
dine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici prae
cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym
nasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt,
lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum
7. Polit. cap. ult. exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristoteles
iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohi-
bent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
" παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
" τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
" γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
" ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id
est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus pro-
hibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint
quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio
laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-
stensis

A ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mãdauit, quaſi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, vt eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis viſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus concuti? innumeriſque fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae B ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

2. Tuſc. q.

2. de part. animaliũ. & 35. part. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Troco, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



I ea omnia, quae antiquis temporibus vſitata, ac, vt ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interiiſſent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac anti- C quatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra yllam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateque obſoleuerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, vt in dies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoque a veritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus videor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum .6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26. Ἐλάσσονα δὲ ἐχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύλινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψόφος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ, E

idest, Habeat uero circulus diametrũ hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usq. ad mammas pertingat, neq. secundũ longitudinẽ, sed in trãsuersum impellatur, si autẽ impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarũt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epist. ad Atti. ix. scripsit. festiue mihi crede, & minore sonitu quam putaram orbis hic in repub. est conuersus, sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum: F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerumtamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,

ut,

A ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem

& Martialis libro 11.

Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.




OSCELLAE VEL PETAVRV̄

Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit quo ad modum, nihilominus re ipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere ideatur non ſecus luſores quaſſari ſolitos fuiſſe, atq. nunc agunt, ii ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonum eſt raptorum illud machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton 5.chron. uocatum uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſsimile fuiſſe. cap.ult. Iam uero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiae aequiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit.

Inducenda rota eſt, das nobis vtile munus, lib. 14.
Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
B *Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni,* lib. 11.
Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & verſi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſsime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. Quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamẽ quid trochus foret, mi-C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ᾽ ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. idest:
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſq. ſuum in triuio.

Et quem appoſitiſsime deſcripſit Virgilius his uerſibus 7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur ſpatijs, ſtupet inſcia turba,
Impubiſq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D

minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruã gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura,

E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumẽto expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, disciue, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat: pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab'hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam in- loc citatis.
B ter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur, quas condiciones apprime nostra pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

De Equitatione. *Cap. IX.*



Actenus eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidē sponte, & quodā modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.
C quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scipsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontē Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tēpore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

3.de tu ua. lib.7.c.56. lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
1.Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E
Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium
7.Metho. equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut studio- F
sissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

lib. 11. *Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis*
Peruenit, & uictor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fuisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum viridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. videres
Hanc vrbem, ueluti Cannarum in puluere victis
Consulibus.

Has uero in fauendo diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quorumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis vestitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem
B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

Cuius equi venient, facito studiose requiras, 1. de arte amandi.
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticã uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui- 8. de leg.
C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponẽs sic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. i. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuẽdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰχόμαχε ἀρεσκόντως In Oecon.

τως

τως γε μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγατὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Ischomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: nisi quoque Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissimam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis & apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuersas operationes suo loco explanabimus.

(Margin: D; 2. de tu. ua. cap. 11.; E; Loc. citat.; F)

De Curruli vectatione. *Cap. X.*



DIXIMUS duo esse exercitationum genera, alterum in quo homines a se ipsis solum mouetur alterum ab alijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suapte natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gestatio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis *αἰώρα* uocatur, in sequentis uerba facere polliciti sumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem explicauimus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiatur. si quidē, ut

(Margin: 2. de tu. ua. cap 11.)

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iun xerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atque uehicula au

li.16.c.42. & 53.

lib 7.c 56.

lib de aere aquis & locis.

li. 34.c. 17.

B ro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsque ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutar-

Lampridi' in uita Heliogab.

C chus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur. M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

lib.27.c.7.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebatur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere ueteres consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nũquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut F quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarissime, & infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li.6.c.25.

2.de tu.ua. cap.11.

In probl. Rom.

ris

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirũ aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensurã, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritum, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omniũ fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.

De gestatione in Lectica & sella. *Cap. XI.*



LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus nõ poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperato C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat, attamen uerisim le est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

ſex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. ſibus Martialis perſpicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica geſtari uellet.

Cum ſis tam pauper quam nec miſerabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum vinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum ſex onus eſſe iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio ſi ſpatiere foro,
Non aliter monſtratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. vehit ſimilem belua nigra Lybin
Inuidioſa tibi quam ſit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

ſimiliter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam ſandapilae ſiue fere- E
tro mortuorum ſimilem haberet.

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua ſit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua ſit Zoile ſandapila.

Lib. 6. libro 1. ad uxoré ſuã. Nam ex his liquido intelligere quiſq. poteſt, lecticam fere ſemper a ſex ſeruis eſſe geſtatam. (In quem uſum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos ſcribunt) ſiq. interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluiſſet, protinus fuiſſe notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam inſanum uocat, quod ab octo ſeruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem oſtentationem per urbem geſtaretur,

Octaphoro ſanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu ſi ſanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita ſe haberet, non modo pro ſede F
commoda, uerum etiam conciliando ſomno dum claudebatur inſeruiebat, ut Iuuenalis teſtatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit ſomnum clauſa lectica feneſtra.*

tamq. frequens illius erat uſus, ut caſtra lecticariorum, qui ſolum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac geſtandis, ut eſt apud Iureconſultos mentio, deſtinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipſis dabantur, & alia in caſtris fieri ſolita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem geſtari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi ſpectaculaq. publice edendi ius tribuiſſe ſcribit. At qui ſellam duplicem fuiſſe tradidit Antyllus, ſiue potius eius interpres; alteram, in qua ſedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta ſinebatur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius.s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, lib.1.chro. cap.1. lib.5.c.6

B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob- 6.de tu. ua. cap.4. lib. epist.5.

C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait. Orib. loco citato.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum, lib.10.

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque domestice, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De

De agitatione per lectos penſiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII. D



QVOD agitationem per cunas, & lectulos penſiles, quos
duos ſub κλίνης vocabulo a Græcis complexos ſentio, fa
ctam inter gymnaſticae exercitationes recenſere velim,
forſan aliquis mirabitur, cum hac tempeſtate cunae ſo-
lis pueris eblandiendis inſeruiant, paucisſimiq. ſint, quibus medici
penſiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari deſinet, ſi
Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam dili-
genter legere placuerit: qui cum huiuſcemodi agitationes inter a-
lias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me
ſilentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros po-
tius, quam adultos excogitatas fuiſſe non equidem diffiteor, ſed
puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E
tum ad conciliandum ſomnum non parum adiumenti praeſtare
Oriba.lib. 6. collec. poſſe, vt praeclare ſcriptum eſt ab Antyllo, & Aetio, apud quos le-
ctus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea ſen-
lib.3.c.6. tentia ſignificat, quam cunas ipſas, quas etiam intellexit Celſus,
" vbi dixit, ſi ne id quidem eſt, uni lecti pedi certe funiculus ſubijcien
" dus eſt, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & ſi Oribaſij inter-
pres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco om-
nes illos prorſus falli credo, qui in gymnaſtica medicorum eas nul-
lum vſum habere cenſeant. Quibus ſimilis quoq. eſt exercitatio illa
puerorũ, dum in ulnis a nutricibus geſtantur, quae & a medicis, & a
7. de repu. Platone pro ipſorum valetudine mirum in modum probatur. Eadẽ
prope eſt tam lectulorum, quam balneorum penſilium ratio. quae
omnia quoniam ab Aſclepiade Pruſienſe frequenter uſurpata apud F
lib.26.c.3. Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac iucunditati-
bus inſeruiens penes homines auctoritatem adipiſceretur, ſicuti in-
uentori ſuo gloriam, atque exiſtimationem incredibilem pepere-
runt, ita quoque utentibus multam vtilitatem ſimul, atque delecta-
tionem attuliſſe rationi conſentaneum videtur; atque inde ema-
naſſe, vt poſteriores medici ſimilem motum ad exercendos homi-
nes comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego ſciam) ta-
lium inſtrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a
quibus certo admoneamur frequentem illorum vſum aliquo tem-
pore exſtitiſſe. niſi credamus, antiquos ſcriptores propterea huiu-
ſcemodi res ſcribere neglexiſſe, quia uulgatae, & omnibus manife-
ſtae eſſent. Quae temporibus noſtris cum a plerisque ignorentur,
opere-

A operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu-

lib.26.c.3. li.33.c.1 lib.9.c.53.

B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam

C esse, quãdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quãta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur,ſecundo quod Seuerus,dum Britanniam obiret,ſcimpodio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit,haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam,ut lectum plumeum paruum caperet,ita uinctum, ut pendere uideretur,in quo ſi non peuitus,ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur,iacebant,& undique, ne ab aeris iniurijs laederentur,cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat. D

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſsimi, & eloquentiſsimi filius eruditiſsimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus,quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωστοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt,aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit,dum dixit: cum domiſum, in lecto iaceo; vbi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque,non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos,ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium,& macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recuſſabilis ſera Italica nominata,quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit. ut ſupra diximus, petaurum,uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

(Margin notes: lib.19.c.10. — beside "nius rhetor in libro de ſua ipſius uita"; F — beside "miſum, in lecto iaceo"; li.3.c.6. & lib.5.c.ult. — beside "machinamentum raptorium ... no uocatum")

De

A *De Nauigatione, & Piſcatione.* Cap. XIII.



NTER geſtationis ſpecies, quae plures exercendis corporibus exſtiterunt, nauigationem quoq. repoſuit Antyllus, quem ſecutus Aetius, & poſt eum Auicenna manifeſte eam pro exercitatione habitam demonſtrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio deſumpſerunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis ſententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. niſi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare aſſerit, id quod potius uehementis quam remiſsi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praeſertim gymnaſticas, ſed non admodum uſas inuenio, medicam ſcilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum ſanorum habitus conſeruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium ſanitatem comparandam. ad ſanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Ariſtotele ſcriptum eſt) mare ob placidas aſpirationes ſalubritatem inſignem facit, unde nauigantes ſemper coloratiores exſiſtunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentiſsime inſuetis praeſertim parit, tum uentis ac uaporibus ſiccis exſiccare natum eſt. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropiſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiuſdem magnopere prodeſſe. Plinius uero & phtiſicis, & ſanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis poſt conſulatum ita curati exemplo teſtatus eſt. qui item ab huiuſcemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipſam, ſed propter nauigandi longinquitatem cenſuit; ut etiam eius Nepos Plinius ſecundus Zoſimum libertum ſanguinem reiectantem eo ſe miſiſſe, & confirmatum a ualetudine redijſſe narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falſo inſcriptus in lib. I. de re med. ſenſerit phtiſicis utilius eſſe in ſaltibus morari, ubi pix naſcitur, quam in mari nauigare, & marina loca uiſitare. quod etiam traditum eſt a Marcello medico. nam & Galenus IX. de ſimpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixiſſe, poſtea uero morbum recruduiſſe, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obſeruatus ſic ab Herodoto deſcribitur, quod a ſexaginta ſtadijs incipiebant, & in duplum horum deſinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

[Margin notes: 4. Aph. 14. — 1. partic. Prob. 54. — 3. 1. doc. 2. — cap. 2. lib. 31. c. 6. — lib. 5. epiſt. — Cap. 6.]

[Section letters in margin: B (at "uſas inuenio"), C (at "iuſcemodi affectis")]

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atq. eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E
amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atq. ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensibus mari bellũ indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto mi- F
lites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse posit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

Si quis ades longis serus spectator ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

In lib. de caussis na.

lib. 26. c. 3.

lib. 1.

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species 5. Aen.
B piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq; animus. neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri cenuit. quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum pro- In sophist. & 7. de leg. 2. d tu. san. cap. 8.
C barent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nó cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo 6. d comp. med. fm l. 38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse. D

De Natatione. Cap. XIV.



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natādi peritia si non eósdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud respub. quascunq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac simul E F

Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4.

De Cyri minoris expedi.

lib. 1. de re mili. c. 10.

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatũ reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uniuersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis γυμνάσικάς παιδιάς facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocaustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum

7. collec.

23. partic. Prob. 3.

4. De locis affect.

Oribasius l.b.6. c.27.

Epist. 7. & 13. lib.

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D
baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐκ ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta
" uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae
" clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
" cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
" exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
" Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in I. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commemdat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erāt areae piscina, alterum tā in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē feruentem solum in labris factitatam. ꝙ si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohaeret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefacta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
23. partic. Prob 12. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae

susti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet,& consequenter minus illa penetrare potest,cum dulces aquae ob tenuitatẽ suã citius & leuius illabãtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur,sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationẽ arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruãdis usitatam fuisse,iam satis patet:quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. Cap. XV.



PRAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt,in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit,maior ne sit corporis,an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Ari- In lib de ludo paruę pilæ.

C stoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur,spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur,& animi uigor augeatur. Ex quo nemo nõ uidet,quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus,ijsq. ualidis,& sanis conseruandis uenationẽ tantopere aestimarunt, cuius nimirũ studio antiqui illi medicinae parentes Chiron,Machaon,Podalirius, Aesculapius usque adeo,sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem,sed bellicam quoq. & athleticam recepisse,probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem,& gloriam,quarum gratia athletae laborabant,uel militarem peritiam & fortitudinẽ,quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, cumu- 1. Polit. In libro de ven.

cumulatiſsime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praeſertim, ꝙ non in auibus decipiendis, ſed in terreſtribus animalibus ſine dolo capiundis laborioſe uerſatur, de quo magis noſtram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne ſine illuſtrium auctorum teſtimonijs hanc ſententiã audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnaſtica uenandi exercitatione uſa ſit, iam inceptam uiam inſequens demonſtrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini aſſequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletiſsime teſtatũ fecit Plato, qui poſtquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi diſciplinam in tres ſpecies, aquatilium ſcilicet, uolatilium, & terreſtriũ animalium diſtinxiſſet, improbatis alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terreſtriũ uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. *πεζῶν δὴ μόνον θήρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ'* E
ἡ τὰ διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπόνου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solum itaque terreſtrium uenatio, capturaue, athletis noſtris reliqua eſt, atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo nocturna uocata perſequitur, ſegnibus conuenit, nullamq. meretur laudem, ſicuti nec illa, quae laborum intermiſsiones habẽs retibus, & laqueis non laborioſi animi uictoria ferarum robur euincere conatur. unde ſolam illam optimam eſſe relinquitur, in qua homines
quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos F
omnes ſuperant illi, qui fortitudinis diuinae poſſeſsionem curãtes proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi operam nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipſo nũcupata, uenationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipſe ſub *ἀθλητῶν* nomine comprehendat, ſuperius indicauimus. Euidẽtius, quam Plato, locum hunc explicaſſe uidetur Xenophon, qui de Cyro in eius paedia ita ſcriptum reliquit: *τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνεκα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην.* idest, Exercitationis autem bellicae gratia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exiſtimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam,

mam,

A mam,& equeſtris uerisſimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere cenſuerit. unde poſtea in lib. de uenatione iuuenes ad capeſcendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum ꝙ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum ꝙ eos ad bellum maxime inſtituit, ſtrenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Ariſtoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi ſtudium conducere uoluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio ſuperſit, quin inter ceteras militari gymaſticae inſeruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuiſſe dicatur. Quod uero nec athletica profeſsio huiuſce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus ſaepenumero repraeſentatae & apud Latinos ſcriptores mirũ in modum celebratae demonſtrant: quae licet ab hac noſtra multum diuerſae fuiſſe appareant; illius tamen ſpeciem praeſeferebant, nempe cum beſtiarij, atq. alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras uſq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare conſueuerunt. De medicorum gymnaſtica, quod ſcilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non conſtare arbitror, quando, praeter Xenophontis ſententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis ſanitati inſeruientes eam repoſuit, ludoq. paruae pilae in hoc ſolum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter C iuniorem Plinium, qui uenatione corpus ſanum conſeruaſſe inſinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditisſimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur, contigiſſe in quadam peſte, ut, dum omnes fere perirent, ſoli uenatores ob ſummam ualetudinem aſsiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint. ne ſilentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit. cui ſtatim reſpondit coquus, ideo illud eueniſſe, quia nec in uenatu, nec in curſu laborauerat; & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem, quem uſq. adeo ſanitatis, & uitae ſtudioſum fuiſſe ſcimus, uenationi ita auide operam dediſſe legimus, ut ſeptem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto uſus ſit. Ergo manifeſtum cuiuis iam eſſe poteſt, quantum in exercendis pro ualetu-

[Margin notes: lib. 1. poli. cap. 5. — 2. de tuen. ſan. — In libro de ludo paruae pilae. — lib. 5. epiſt. — in 30. contract. 13. c. 3.]

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D
cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores helleboro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circunciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currenses, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde disimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperaroris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam venationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

lib. 25. c. 5.

7. d his aĩa lium. c. 56.

Explicit Liber Tertius.



ARTIS. GYMNASTICAE LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu. Cap. I.



VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum relinquitur, prius uniuersales, communesue
B exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiam uti unusquisque posit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes usque adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianũ medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
C secutus in omnibus quidē artibus, sed praesertim in medicina vniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atq. modus ex necessitate requirantur,

rantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, D
opinionibus, primo differentias illas exercitationem consequentes declarabimus: secúdo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac ma- E
1.de dieta. teria iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
2.đ tu. ua. cap. 7. & lib. đ cibis bo. & mat. suc. leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum robo- F
In eius uita. rasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidũ reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, nó modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.



Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. II.*



I igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercẽdis prauas omnino, atq. humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorum alij quascũque exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos indicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re- 5. de tu. ua. cap. 11.
B censere, & refutare operae pretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam sanitati conducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaq., Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis misionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinẽtur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-
C cat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. sic sanitati potius obest, quam prodest. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

mido

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos uehemēter aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀοκνίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

Marginal letters: D (beside "mido tota consistat"), E (beside "quae nisi continuo"), F (beside "uidelicet, quod in hoc"). Marginal notes: "6.epi.cō 4." (beside "ex eo Hippocratis oraculo"), "1.de dieta." (beside "euadunt. ut recte dixerit").

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidẽ si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatũ per exercitationẽ leuatus ualẽtior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerãt, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis, nõ iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5
2. de absti. ab animalibus.
Libr. 1. in prooe.
lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra D

com. 5. de artic. aph. 8. solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque E

6. coll. cap. 2. etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Εγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, F

1. Epid. cō. 3. aph. 11. καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρων, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest; Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exerceban-

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uenustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati-
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. I. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.



EFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sentẽtiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5. de tu. ua. cap. II.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progignerēt, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullū reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
2.de tēper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si E
milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus
6.Epid. cō. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεῖα secundum Hippocra-
5. aph. 22. tem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, &
1. partic. Prob. 51. sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti dis-
5. de tu. ua. cap. 11. crimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis
6. Epid. cō. 4. prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suā adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nūquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, falsum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerũ esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos; & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge-B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque per-C niciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consumatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

[Marginal notes: 5. de tu. ua. — In li. de dictis, & factis Socra. — 2. de tu ua. — lib. de cib. bo. & ma. succi. lib. de cau. morborũ. li. 2. de fra.]

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.



Estat falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandā praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamus, & rationes, quibus adducti in eam sententiam fuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici posit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quos omnes illi, qui cuilibet rei insuescūt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturae eorum couenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus, & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonũ corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho- C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae consuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1. Cap. 3.

2. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ περιαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. D E

De exercitationum differentijs. *Cap. V.*



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere agressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cõtrarium absque medio subitus fieret transitus. A'ποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post maerores inseruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema F

3. de tu. va. ca 2. 11. 12.

3. de tu. ua. cap. 8.

2. de tu. ua. cap. 3.

3. de tu. ua. cap. 12.

2. de tu. ua. cap. 12.

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑπόσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, etsi continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermisione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

2 de tu. ua. cap. 8.

2. de tu. ua. cap. 8. & cap. 10.

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
idest ualens exercitatio uocabatur, sicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemens, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuscemodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationẽ propriam,

[Margin: cõ.1.aph.6 — beside "ceretur"]
[Margin: 2. de tu. ua. cap. 2. & 2. aph. cõ. 16. — beside "tamen Galenus"]
[Margin letters: E, F]

quam-

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens &
B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigendi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus: Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus: & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus: Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- 2. de tu. ua cap. 8.
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat. Lib 4.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno,

&

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia transeamus. D

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.



OSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus, ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; E ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur, sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corporis

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. *Cap. VII.*

B



DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, 6.Epid.
C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιως uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secundum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur, quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum suscipit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitationesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febricitantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insigniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationē, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus, & uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non humores paulatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus extinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciantur, maioriq. cura opus habeant, Frigida porrò simulq. sicca

Marginal notes: 5. de tu. ua. cap. 11. — Li. 2. c. 14. — In prohe. lib. chron. pass. — Cap. 16. — Loc citat.

Right margin letters: D — E — F

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affli ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſsit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &
C cōtorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur: ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem

Lib. de ſal. diaeta.
In 6. epid. cō 3. Aphoriſ. 2.
Galen. de dījs morborū. c. 9.

acqui-

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenuatos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propria sede, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in osibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiātur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in quibus

In. 6. epid. com. 5.

Secūdo de tempe. 3. & 2. d tu. ua.

D E F

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis. Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae sicciores,

5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult.

5. d gener. aĩal. ca. 4.

6. collec. cap. 6.

In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandam atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehemẽter, & diu post modum lotus accumberet;

1. Rhe. c. 5.

D E F

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum laxant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. *Cap. IX.*



QVICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope exsistat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere posint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commēdantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, siquidem quae consuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, in assuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto laborent,

[Margin notes: 2. de tu. ua. cap. 7. — 6. aph. 28. — lib. de caus sis mor. c 2 1. de dfijs feb. c. 2.]

[Margin letters: D, E, F]

rent,

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, osibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulāt, quia sicuti corpulenti, & crāsi cōtrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Māgones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

3. de partibus animalium ca. 9.

14. Meth. cap. 15.

B lib. de sal. diaeta. 10. aph.

1. de tu. ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

C

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & grassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab 2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exſiccentur, neue moleſtiae mo- D
leſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo
comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
2. de tu. ua. dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones cor-
pus deducunt. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis per-
ſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exterio-
res deſerit, ſubitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
5. de hiſto. re ualeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti
aĩaliũ. c. 19 omnes decolorati euadunt, unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, E
quo perſpirationibus aditus patefiat, ſanguisue ad exteriora ſeruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil
omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam
exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praeſertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incaleſcant, ipſisque, ut ſcribit Galenus, ſolae in neceſſarijs actio-
6. epid. cõ. nibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quae
4. aph. 15.
6. partic. rens, cur alij ſedendo pinguefiant, alij macreſcant, ideo euenire di-
Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non;
& qui calidi ſunt, pinguefiunt ſedendo, cum eorum calor ſine mo- F
tu cibi concoctioni ſufficiat, ſimiliter & non excrementoſi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt
ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id mi
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
6. Epid. ſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit,
ſect. 4. quando dixit: Ἐν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλινύειν, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοι
σι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuen-
dum eſſe, & laborem & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex
quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
5. partic. tum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
prob. 9. men percipiant, nõ immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles
ſcri-

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exercentur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſsident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. 4. de gen. aīaliũ. c. 6.
Quaecunque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*



ANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plãtarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus: locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruеſcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec pernicioſis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas peſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea pernicioſos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in tranſtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc eſt,

2. de tu. ua. cap. 7.

D E F

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος, Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φασὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-
B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse
C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἤμεσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπώτεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. idest

Marginal notes: lib. de dic. fac. Socrati. — lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37.

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τὲς δρόμες exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμε θεῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροι τέ τινες ὗτοι αὐτῦ, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ μοι δοκῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

D E F

5. partic. Prob. 1.

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco fiC nem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.



De

De tempore exercitationibus apto. *Cap. XI.* D



DVO sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme, magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullam amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccat. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile, subit, humoresque secum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

[Margin: E (beside "les inordinate…"); 6. partic. prob. 6. (beside "tius eos afficit…"); 6. partic. prob. 12. and F (beside "permouent…")]

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἀκοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tēporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omniũ ueterũ auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33. & 42.

B

3. de dieta.

In Isagoge medicinae cap. 5.

Lib. 1. c 53.

2. de tu. ua. cap. 7.

cus

cus; contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praetermittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim certum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel cryptoporticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarũt, semper exercitationem ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτο καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscũ.

Plu. in lib. de tuẽ. san.

Loc. cit.

lib. de cib. bo. & ma. succi.

D E F

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque 2.de ca.pl. cap 20.
Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibum Coel. Aur. lib. 2.chro. c.13. & 14.
exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui 2 de tu.ua. cap.2.
B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis hu lib 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.
moribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur; quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, 2. Aph.16.
C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, Auic. li. 1. fen 3. trac. 2. cap. 3.
ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confir- 6. epid. 3.
matum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, exci- 6. Epid.
piendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exerci- cõ.3. aph.2
tatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus partic. 5. prob. 18. & 30.
statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidū autem ualde quodcunque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uespertinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus nō possit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & pugillatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

[Margin notes: 3. de sal. dieta. 22. — 2. de acutis — li. 3. de die. — 6. de tu. ua. cap. 5. — Lib. 4.]
[Margin letters: D, E, F]

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante „ lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu „ ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, post „ lectionem palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- „ bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut „ B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. „ una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus „ ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su „ mebat, oua deinde, mulsum, atq, his refectus aliquando prandium „ inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & seipsum, & alios libere Lib. 1. ser. uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi Sat. 6. post multa haec scribit.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ille lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus ocior, haec est.
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibusuis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quã exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse; atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, vt in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionem habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

D E

li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.*

F



X ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuã remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

ta

A ta committi ſolent, & plerunque (utar Plinij uerbis) inſcitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unuſquiſq. exerceri debeat, monſtrare conabimur. Et ne ſingula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuerſa quantitatis exercitationum tractatio ex his conſtabit, Quis eſſe debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum ſenes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant; quantum hieme, aeſtate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & ſicci; quantum ualetudinarij; quantum non aſſueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praeſens caput attinet, deſiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum ſermonem; tum quia paucas exercitationes requirunt; tum quia ſecundum morborum uarietates uariantur exercitationum ſpecies, atque menſurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribaſius, Auicenna, & Aetius Hippocratem ſecuti docuerunt, duplex eſt, unus, quando ſcilicet uapor ſudori aliquantiſper permixtus ſentitur, uenae intumeſcunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui ſuccos concoquat, concoctos nutriendis membris diſtribuat, atque demum inutilia diſsipet, niſi exercitatio tanta ſit, & ad ſimilem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri poſſunt. alter terminus eſt, ut tamdiu exerceatur unuſquiſque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam laſsitudinem percipit. quod ſi calor euaneſcere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel laſsitudo iam immineat: illico deſiſtendũ eſt; ne, ſi ulterius progrediatur, corpus plus iuſto gracileſcat: boni ſucci una cũ malis exhauriatur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius deſtruantur. ſimiliter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique ſtatim deſinere oportet; itidem ſi in ſudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatiſue mutatio, quippe quem, & copioſiorem ſemper, & feruidiorem edi par eſt, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum ſcito corpus exhauriri, refrigerarique, & ſiccari plus iuſto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum ſignorum aliquod ap-

[Margin notes: lib.29. c.1. — 5. de locis aff. cap. 5. li 6.c.11. li 1.fen.13. doc.2. c. 3. lib.2.c.3. 6.epi. cõ. 2 — marginal letters B (at "requirunt"), C (at "ter, & concinne")]

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D
sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper satiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & icciirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter- E
minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F
leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, que athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nā inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uiolentas, & plurimas

1. de tu. sa. c. x. 7. pol. cap. 4.

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiãt, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

B

1. de alim. fac.

C

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem. intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, uiresq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debēt, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem interdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice

Galen. 3. de symp. cau.

38. partic. prob. 5.

D E F

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeũdis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantũ potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoq. temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- (6.colle. ad Iul.c 15 Libro 1. ser. 3 c. 2. lib. 1. fen. 3 cap 3.)
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore cradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingredieban- (lib.1. c.2.)

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat
modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior
pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bo
no habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter ute
batur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis
diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines,
nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & prae-
sertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandarunt.
de quo defricandi more, & modo, si Deo placuerit, aliquando tra-
ctationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quamplurimos
alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel ne
cessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis
ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictionibus, E
& unctionibus dimissis quascumq. poterant exercitationes ample-
cterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarum caussa-
rum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant;
quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse
tradit Galenus. Verumenim uero cum aetate nostra gymnasia illa
ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in vsu desierint
esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & reunctores ha-
beamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exer-
cendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui ali-
qua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otium ne-
quaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceantur,
quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamen hoc unũ ob
seruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis fa- F
cere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltem aliquot horas interpo-
nant, quo quam minimum fieri potest nocumẽtum inde sequatur.
Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ cu-
rae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent,
primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis ac-
curate emundare, caput pectere, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne
excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽ-
tia, a motu excitata uaporationib. offendãt; strictisq. meatibus nõ-
nunquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructiones,
fluxionesq. diuersas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis ob-
tegant, quae laborẽ ipsi superaddere nequeant, quaeue interim a
uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat,
feruorẽ nullo pacto augere, siue souere queant; nã indumenta nisi
exer-

Lib. I de cibis bon. & ma. suc.

A exercitandis prudēter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorū sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumentū est, quod ita sudātes decoloratiores euadunt, cū humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari nō possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare consueuit a vestimētis inhibeatur. Tertio obseruandū erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionē augeat paullatim, usquequo ad terminū, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiā rursum pedetentiū remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nā subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumāt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & ualde remisso potius aliquo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatione, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedā, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitādi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

Explicit Liber Quartus.

2 par. pb. 30. & 38. partic. proble. 3.

In con. de pu. epilep.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



ICVTI nullus ab exercitationũ particulariũ cognitione fructus expectãdus esset nisi recta atq. uniuersalis methodus, quã superiori libro abũde satis (ni fallor) tradidimus, optime posideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ uana euaderet, nisi haec particulariũ fere omniũ exercitationũ E tractatio, quã aggressuri sumus, illi cõnecteretur; siquidẽ incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodã pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentũ, quãue cõmoditatẽ praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationũ quarumuis scientiã optantis animũ explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata à nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequẽtibus singulos exercitationũ iam enarratarũ effectus prosequemur; atq. hos cũ ex antiquorũ auctorũ cõprobatis experiẽtia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam
12.Metho. esse uerã cõdiciones rerũ inueniendi rationẽ scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinẽ totus futurus sermo uagetur, ita materiã huiuscemodi declarare instituimus, vt primo cõmoda in cor F pora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanantia, deinde incõmoda sigillatim explicẽtur: nã illud, quod quãplurimis medicamẽtis euenire usu cõprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceãt, in exercitationibus itẽ cõtingere, nemo ignorat. In explicãdis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mẽbris superioribus principiũ sumentes, ut plurimũ in ultima, atq. infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullũ corporis particulare membrũ respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peractursũ esse spero: Alterum q maiori facilitate, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum q habito a ualetudinis studiosis exercitationum asiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucisimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum eu tabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nāque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerūq. magnum detrimentū inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmudum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari opere pretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamē omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenū in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, ꝙ.s. gymnasticam principaliter circa sanitatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullā etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cōcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinē tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cōsuetudinem in medium adducemus, non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tāquam gymna-

In lib. ð cibis bon. & ma. suc.

De chroni.

B

C

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D & nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs assiduis, alias morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unũ, aut alterum obseruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi fa- E ciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorũque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodũ ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit; debebit quid un- F ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

2. d̄ diaeta. iuxta finē.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus
Cap. 11.


Res praecipuas exercitationum differētias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nũcupata. Exercitationē praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item usurpabant quãplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, oportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo- 3.de tu.ua. cap.11. 2.de tu.ua. cap.3. 3.symp. prob.6. lib.1.c.35. 6.epid. Lib.1.ser.3. cap.8.

B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemẽtiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad im- 3.de tu.ua. cap.2.

C bibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futurã prohibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo 5.par.proble.1.&12.

extrin-

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt D
exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora,
efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere
2. de tu. ua. cap. 12. defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasti-
cam vim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut non temere is prae
ceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur,
puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime exte-
nuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, ex-
5. de tu. ua. cap. 3. sistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. In-
ter differẽtias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt
Loco citato. multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres
obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratio-
5. chronic. cap. vlt. ne Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad pro-
Sect. 31. Prob. 14. hibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de E
quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exer
citationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus
siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq.
ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quan-
titatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt;
excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime
omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum
Gale. 6. de mor. vulg. com. 3. Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora
extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad
6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 14 Meth. curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque
tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraq. me-
Lib. 1. ser. 4. cap. 32. dios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calo-
rem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & conco F
Gal. de pu. epil. quendis cibis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur
lib. 3. c. 18. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes ue-
hementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cõ-
ducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus
obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamẽ-
tum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis ac-
commodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus
ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt,
& ideirco sanitatis conseruationem non parum adiuuãt. His igitur
ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio
praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quate-
nus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod
tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demõstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expresius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B QVICVMQVE saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tẽporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus disimiles exstare cẽsebit. Verumtamen illud inter antiquorũ & nostras saltationes interesse nemo non uidet, ꝙ, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. lib.4.c.11. Cubisticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tra-

ctabi-

ctabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus eius quam pluri- D
ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum foret ſingulorum effectus percenſere. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in quibus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire uerifimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, pla-
2. de diae. cuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis
Lib. I. cur. chr. ca. I. dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtomachus in concoquendo laborat, crudoſue humores aggregat utile remedium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E
pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniantur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue ueſica lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat,
in li. de natura pueri. teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias ſubiret, uteri fetum abijcere cupiebat, conſuluit, ut ſaltaret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corruptum iri, ueluti poſtea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginoſis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uerſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F
omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſupercalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quam antiqui ſine armis obibant. quod ſi quis armatae, quam uocarunt, ſaltationis condiciones pernoſcere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa in-
2. de tu. ua. caleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

De

A *De ludorum pilae effectibus. Cap. IV.*



VDORVM pilae antiquitus cõplures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro iudicauimus: ex quo nullum operae pretiũ est hoc in loco, ubi solas exercitationũ qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque simul cognosci posit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos

Ca. 4. & 5.

B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, ꝙ fortes exsistũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi ludis cõmodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipsorũ aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborentur: peculiariter uero parue pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio scriptum inuenitur, Cum studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnẽ solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnã utilitatẽ praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac-

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

2. d̄ tu. ua. lib. 1. c. 18.

Orib. lib. 6. collec. cap. 32.

C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, ꝙ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus parue pilae speciebus cuncta illa cõuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cõplexus est, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antillum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Lib.9. cap. ult. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D curatione priapismi sphaerae exercitium cõmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulẽtus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiã effecimus, aeque exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo lib 9.c.ult. omittendã eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem uertiginosis obesse iudicauit lib.9.c.ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽtiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora E lib.5. chr. c.ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendã polysarchiã hanc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari 1.de diaeta. scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratẽ, qui corycomachiã, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cõsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexãtur, simili exercitatione periclitari, & quandoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpãtur. Atq. tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus com- F plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demõstrauimus. Horum primum locũ obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. Li.1.chro. cap.4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quãdo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia In eius vita.c. 80. & 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cũ praecipue superiores partes exerceat, ijs, qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non si- Lib.1.c 6. ne ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem

A tionem intellexiſſe arbitror Plinium, cum Spurinae prudētiſsimi, & ſanitatis ſtudioſiſsimi uiri rationem uitae obſeruatam explicans, ſeſe pila mouere, atque tali exercitationis genere cum ſenectute pugnare ſolitum ſcribit, ut uere dixerit Martialis: Epiſt.1. lib.3.

Folle decet pueros ludere, folle ſenes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuiſſe, & tertiae ab Antyllo ſpeciei deſcriptae correſpondere probauimus, eoſdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere ſemper & modo huc, modo illuc; modo ſurſum, modo deorſum conuertere neceſſarium eſt quocirca iure merito Horatius huiuſcemodi exercitationem lippientibus obeſſe cecinit.

Luſum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnoſum & ludere crudis.

B ſane lacrymoſi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. ſicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundā eſſe, niſi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae luſus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigeſti cibi ſtomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui ſtomacho debili natus, tunc erat, quando de ipſo ſic Horatius ſcripſit: ꝙ ſi qui ſunt, quorum uentres atq. ſtomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abeſt, ut exercitium pilae ipſis ullum nocumentum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. inſigniter diſcutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus eſt Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item ſtomacho imbe- Li.4 chro. cap 7.

C cillibus ſimili ratione commodum eſſe tradidit Cornelius Celſus. lib.1. c.2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & icciрco potius ruſticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, ſenes, atq. pueros huiuſce generis motu exerceri. Harpaſtum, quod cum Graecorum harpaſto conuenire demonſtratum eſt, inter celeres & uehemētes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere poteſt: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, ſeq. ne conſtitutus in medio excipiat pilam; mutuo uetantes laborant, maximum id uehementiſsimumq. eſt, multis, utpote colli obuerſionibus, multisq. palaeſtricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuerſionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depreſsionibus ex- Gal.lib.de pil.par.c.2

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur. D

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. *Cap. V.*



VCTA, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieque a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt, unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper E F

Lib. 2. c. 8. — 2 de diaeta. — Loco cita.

quiete,

A quiete, magis, ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quãdo humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat quà ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scriptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo compinguntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterũ, & Iudaeorum gẽtes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ualde aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impendet periculum. unde non temere Galenus, ne suffocetur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam esse uoluit, quãquam Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuersa secundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut ijs qui a morbis sese reficere incipiũt, sit superiore accõmodatior, ac mini

[Margin notes: 2. Prob. 7. — Li. 1. chro. cap. 1. — lib. 2. c. 1. — lib. 3. chr. cap. 3. — lib. 6. c. 28. — Lib. 2. ad Timo. c. 21 — 6. Epid. cõ. 3. aph. 32. — 1. de dieta. — lib. de pc. ad Post. — 4 d rat. vi. in acut. — In 6. epid. com. 3. aph. 6. — In libr. de passionib. renum.]

mo periculo robur,& fortitudinẽ pariat: capiti,& thoraci prodest, D neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi In ci⁹ vita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus,iactibusq. discorum,& iaculorũ exercuisse, ut, quemadmodũ germinũ radix ualidũ in acribus terris principium sumens melius germinat, ita & hae partus robuste tolerãtes honeste simul, ac facile aduersus dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta loco citato tio, si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exercitationes recẽseatur,ad extenuanda corpora accõmodata erit, sicuti pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,&ab Aetio si in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores exhauriendo refrigerare auctor est in II. de diaeta Hippocrates: at se- E 5. de tu. ua. cap 3. cundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit, quos ex leui caussa uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel aurium dolores male habent. simili modo,& illis,quibus tonsillae, & angina incidunt,quibusq. prompte in columellam,gingiuas,dẽtes, deniq. partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totũ caput habentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta.circa quam oriri posset multis dubitatio,cur Galenus,qui gymnasticam artẽ omnibus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam cõmendauit,sed potius tãquam parum utilem,aut omnino noxiam damnauit: cũ alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rũpi; alias crura distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republica odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet, Ad Thras. cap. 41. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta, per quam F exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitationibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, currere, equitare, saltare, uenari, nauigare, fodere, q̃ lucta exerceri melius est: & sicuti athleticae, gymnasticae luctatio magis accedit, atq. inseruit, ita quoq; a medica lõgius recedit: unde non est mirũ, si Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quã in medicina minimã cõmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab alijs auctoribus tradita inuenimus, explicãda esse duximus, non ut Galeni auctoritatẽ ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exercitationibus sensisse scripsit, uel posterioribus postponam; sed ut demonstrarem, si qua a lucta exspectari cõmoda debẽt, haec ab auctoribus indicata, & nulla alia fore. De ista nãque apud Hippocratem Lib. de sal. diaeta. scriptum inuenio, ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

ac

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime, sed multum deambulare, secūdum uentum, ac frigus. Quicumq; ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lūcta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VII.



QVAMVIS inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectātes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neq. illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum brachia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationē ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiūt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti, neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua frictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

B (margin, beside "chia, tum manus")
C (margin, beside "iacentibus")
2. prob. 5. (margin, beside "nuum exercitatione")

nibus per supernas partes factis curandum mādauit. Quae frequentissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, & Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corporis partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo sicuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractū uniuerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat, solum athletarum munus exsistere. Ad haec cū a Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōsentaneum est: id quod intellexisse Theodorū Priscianum, quem alij Octauium, Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciūt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse: ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδρωπιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἰδρούν. quod itē innuere uoluisse Coelium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs palaestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cōsuluit, ut inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiam de uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quā diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad crassiores homines efficiendos mirifice cōferret, indicauit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres athletas transtulit. Caestuum exercitationes. de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum tāmen exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret, atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo fidis pugnam committere caestu:

In hanc sententiā uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sanitate, siue in curādis morbis, siue in acquirēdo bono habitu nullū locū habere, atq. ideo similē exercitationē penitus omitti debere. Cęterū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatū, & caestus exercitiū absq. antigonista quandoq. usurpatū, tuncq. schiamachiae, de qua infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciē quādam exstitisse, dum s. pugnis, & caestibus aerē dumtaxat percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra molestiā exercere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper erit: nempe cū plagis illis, atq. percussionibus careat, quae plerūq.

Margin notes: 2. d tu. val. cap. ult. — 6. epid. cō. 1. aph. 6. — Li. 2. ad Timot. — Prope finē. — Li. 5. Aen. — Lib. 3. c. 4.

Section letters: D, E, F

A in huiuſcemodi pugnis utrumq. certatorẽ magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nã & Galenus ipſe in exercẽdis hominibus magnopere aduertebat, quã quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculũ ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſſionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus.

2.đ tu.ua. cap.vlt.

Ca.10. 11. & 12.

De curſus natura. Cap. VII.

SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationẽ paucos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum, quo pedes fere ſoli exercentur, maxime utilitatis exſtitiſſe, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cõmendatũ fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atq. uiolentiã, negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat. id quod clariſsimis uerbis antiquiſsimus auctor Hippocrates, nec nõ Galenus ex gymnaſtarũ, & medicorũ ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atq. uehementius; alius remiſsius & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodũ etiã currendi modi, dum uariantur, alij in rectũ, alij in obliquũ, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quẽcumq. febrientibus detrimentũ afferre, prudẽter traditũ eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentẽ de ſolo uehementiore ſermonẽ habuiſſe ſentio, quando etiã in libro de paruae pilae ludo, illũ ueluti non ſalubrẽ, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantẽ, nihilq. uirilis exercitationis habentẽ iure improbauit. De hoc itẽ currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementẽ exercitationẽ nuncupauit. alioqui Galeno repugnantẽ ſententiam tuliſſet. Eſt igitur curſus uehemens fere ad ſanitatem defendẽdam noxius potius, quam utilis, ſiq. ullum iuuamẽtum affert, proculdubio carni, atq. immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti cõprobauit Coelius Aurelianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentẽtia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atq.

B (margin, beside "cos uſus apud medicos")

C (margin, beside "per plana")

2. đ tu. ua. cap. 10.

6.epid. cõ. 3.aph.2.

6.epi. cõ.3. Aphor. 31. ibidem. Aph 2.

lib. 4 chr. cap.4. 1.de Diaeta.

citius

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdã stre- D
nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Legitur apud Plutarchũ in Demosthene Orchomenium Laomedontẽ ad repellendũ splenis uitiũ ex medicorũ praeceptis longis cursibus usum, atq. ita corpore laboribus subacto certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolichodromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaerẽs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniã motus uelox, cum uires intendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, E
& caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex quibus omnibus locũ superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theodorus Priscianus scriptũ reliquit cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle calefaciẽda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem defluxiones, atq. catharros curare, & aliorsum uertere idoneus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso; qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi propemodum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus liberat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ consulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tumores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

si

5.partic. prob.9.

li.2. ad Timot.ca.2.

lib.3.ser.2. cap.28.

lib.2.ad Timot. c.25.

Oribas. 6. coll. ca.21.

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atq. crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cõmoda secũ uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omniũ natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quã ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimẽti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum; neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nõ admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinã aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniã in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendẽtes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cõtingere in pila super pauimentũ iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autẽ legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerũ de alijs uehementer currẽtibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significãs. Alioqui scriptum

Marginal notes: lib. de affec. ren. — 5 partic. prob. 38. — 5. partic. prob. 91. — Aph. 115. — Lib. 29. c. 1. — 6 Epid. com 1. 7. Metho. — In Meth.

(Section letters in margin: B at "rem; nimirum", C at "tem perciperent".)

5.prob.16. ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum lib.3.c.53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, lib.4.c.8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro ibidem prob. 36. quo id silentio nõ esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus 2.de diaeta. ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At recursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capi Oribasius Loco cita. ti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secun- 2.de diaeta. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: proptereaq. acutissimo spiri- F tu utentes humiditatẽ in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uerlib.de Vertig. tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs, uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currēti prodierit, etiam B si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quique coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolūt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisque coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusque a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiūt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

Li. 2. ad Timot. c. 12. 2. de diaeta.

lib. de Insom.

2 partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. *Cap. IIX.*



SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes pespectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

re

re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi in-
flexionibus comprimitur, & ex compresionibus mox uasa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5.Meth. a Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-
In prin. de nat. pueri. res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, cete
risq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiam
ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
14.de usu partium. mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-
liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut
cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet sal E
tandi occasiones ipsis effugiẽdas esse. Multae sunt saltus species, qua
rum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem ui-
delicet, atq. saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quo-
dammodo cursui adsimilatur, hanc sententiam tulit; illam diutur-
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus,
ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiam
In eius vita cap. 83. intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum,
ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae
calculis, quibus affligebatur, saepe occurreret. De saltu uero pro-
prie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod F
Li. 2. c. 11. si ad nates efficiatur saltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuisse iam
diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat,
Lib. 1. cur. chr. cap. 1. & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνδυπαίδευτον ἀνείλη-
σιν laudauit; sicut & ἅφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam men-
struas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quo-
que retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui su-
pra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-
nuas,

A nuas,& nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Galenus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophrastus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, C quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atque otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelocius mouentur.

Lib. 3. c. 53. | 6. epi. cõ. 3. aph. 2. | B | Lib. de passionib. ren. | 5. partic. pb. 8. i lib. περὶ κόπου. | Aristo. lib. de cõi aĩaliũ gressu.

De Halterum condicionibus. Cap. IX.



HALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atq. uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dũ in huiuscemodi ponderibus apprehẽdendis, iactandis q. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim cor-

Orib. lib. 6 cap. 34. 2. d tu. ual.

pus

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri me-
6. de tu. ua. moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus hu-
cap. 14. iuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stoma-
choq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo ci-
bus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: lau-
Li. 5. chro. dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
cap. 2. lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6. de tu. ua. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emitten- E
cap. 14. dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem ha
beret, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret sua-
Lib. 9. c. ult. sit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curan
do huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen,
uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu
de cōp. me. lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum
p genera. crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam
cap. 2. exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo mi-
6. epi. cō. 3. nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
aph. 2. etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequa-
liter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximā, qua brachia utun
tur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam
rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, &
exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic
exercitationi proposuit sub hisce uersibus.

Lib. 14.
Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?
Exercet melius vinea fossa viros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuua-
re, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce
omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiédumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. *Cap. X.*

B



DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,

C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lógius discum pruijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Arctaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In 6. epid. có. 3. aph. 2

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dissolutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter lib.2.c.12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculãdi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuentes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto.

5. de finib. bo. & mal.



De

A De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.



I ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeque corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in
B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse,
C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia exsistit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres,aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuerſiuae, atq. D
hae,uel totis pedibus,uel ſummis digitis,uel calcibus. A loco,quo-
niam aliae fiunt in montibus,aliae in uijs planis; & quae in uijs pla-
nis,aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus,& uel ſub porticu;uel
ſub Dio uel ſub Sole. A tempore,quoniam aliae fiunt hieme,aliae
aeſtate,aliae mane,aliae ueſpere,aliae ante cibum,aliae a cibo. Tot
enim deambulationum diſcrimina(ne minutius rem partiar) apud
auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiaue reperio: quarum
nonnullae ſane poſſunt eſſe apotherapeuticae,ſicut apud antiquos
Oribaſ. fuerunt. At non eſt ignorandum,tunc illas in uſum uenire, quãdo
6.colle. iam confectae ſint grauiores exercitationes, ſiue poſt purgationes,
cap.21. quas medicamenta fecerint, & poſt ſublitionem oculorum, & poſt
copioſum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum eſt
animum remittere,ſpiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae diſtenta ſunt ſoluere,itemq. thoracem purgare,& facilem re-
ſpirationem reddere,inſtrumenta ſenſus roborare,uentriculum fir
mare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae laſſitu-
dinis ſenſum infert, quaeq. perturbat,explicare, atque diſſoluere.
2.ð diaeta. de iſta loquebatur Hippocrates quando ſcripſit, deambulationes
prope finẽ. poſt exercitationes corpora pura reddere,attenuareq., minime ue-
ro permittere, ut caro prae labore colliquetur, ſed ipſam purgare.
Atqui deambulationum ſimplicium mediocris ceteris omnibus ma
16 famil. gis ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus quando is Ti-
Epiſt.lib. roni conſulens, ut ualetudinem curaret, ab ipſa quinque poſtulari
ſcripſit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν
κοιλίας, ideſt ciborum coctionem, triſtitiae carentiam,ambulatio-
nem moderatam,oblectationem, & alui ſolutionem facilẽ. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enume
ratas nihil alioquin excedit, aut deficit,multa tamen,atque conten
ta ſit, quemadmodum ambulationem profuturam eſſe debere tra-
Orib.ibid. didit Antyllus,quae,ut ſentit idem, capiti, oculis, gurgulioni,tho-
7.epiſt.79. raci,niſi adſit ſputum ſanguinis,male affectis auxiliatur. De hac lo-
Epiſt.79. quebatur Seneca,quãdo ſeſe deſtillationi,a qua ualde affictabatur,
deambulatione ſuccurrere fatebatur,hanc eandẽ pro inſania,proq.
Lib.chr 1. aſthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat:eſt uero etiã
c.5.&li.3. maxime utilis ſtomacho humeſcenti, dolenti, & in quo alimenta
cap.3. coaceſcunt, corrumpunturue. In arquatis, ſiue ictericis curandis
ea uſus Archigenes inuenitur. ſimiliter efficax eſt ad mulieres,qui-
bus ſuppreſſae ſunt purgationes, & cum aluus ſiſtitur, cibi ſu-
pernatant, urina retinetur. nõ mediocriter quoq. coxendicis mor-
bis

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut [a]
superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad in
feriores partes propensa feruntur, excernere. Item uero febrienti-
bus omnibus deambulatio huius commodi obest, nimirum quae, ut
sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epi- 6 Epid. com 5. aph 5.
lepticis, sanguinem excreantibus, mingentibus ue, aut seminis de-
fluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere cale-
facit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coe- li.4 chro.
lius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur ca- cap. 7. &
lor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambula- lib. 5. c. ult.
tiones tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica ef-
fici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus,
& ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex
B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praepa-
rare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has 2. de acutis
etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a ce- 2.1. doct. 2.
na ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio ca.7. par. 1. 13.
accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro re- 7. Metho.
ficiendis corporibus exsiccatis commendat. In capitis dolore Coe-
lius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, 1. chronic.
primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori cap. 1.
extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ pro- Cap.4.
bauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad
infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum cor
poris habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gra
tia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, mino-
C rem fatigationem quam stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In 1. ad Glau.
spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα,
Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem hu- lib. 3. de re
iuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam med. c. 35.
& pro elephantiasi curãda in usu habendam esse consuluit cum eo
Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat, & ea
ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; an- li.4 c. 4 &
helitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere per- lib.5. c.28.
turbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepti Li.4. chro.
cis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhi- cap.5.
bebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae ex-
positis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non ra-
ro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; si-
cuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatione molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptũ est a Tralliano) qui podagra & articulorũ affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundum Antylli sententiã iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehemẽtiori motu egẽt; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatiũ gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo secundum Aetij sententiã strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nã Cassius medicus antiquus in libello problematũ, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quã motus recto tramite facti uertiginẽ non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime difflationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt, quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motũ in capite uertiginosum efficiunt. sicuti namq. icterici omnes externos sapores amaros sentiũt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affecto

[Margin notes: Oribasius ibidem. lib. 1. c. 4. Lib. 5. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7. — Probl. 38.]

[Margin letters: D, E, F]

A ꝯto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulsio, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atque haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut
B descendẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã per decliuia, nec non spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae posit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum
C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnunquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscendẽdo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, non corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

1. đ tu. ual. cap. 9.

2. partic. prob. 38.

5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendendo, tum descendendo peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peragūtur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamen disterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dum coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur, sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arūdinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, um ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendum, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes, aut

[Margin notes: lib. 1. c. 2. — Oribasius. Loco citat. — In Oecon. — In uita Augusti c. 80. — li. 2. chro. cap. 1.]

[Margin letters: D, E, F]

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuie, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru- B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque disipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu- C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed quae

Lib. 3. c. 1.

Loco citato.

Lib. 5. c. 9.

Oribasius loco citato

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uētis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quā parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimq. Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiūt, quam quae tecto subest: quoniā aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit Plu-

Margin notes: Lib. 3. chr. cap. 2. — Lib. 1. c. 2. — In 2. de morb. — 5 partic. Prob. 34.

Margin letters: D — E — F

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter,

[Marginal notes: 3. Sympos. prob. 1. — Cap. 11. — 2. de diaeta. — lib. 1. chro. cap. 4.]

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu D
6.de tu.va. lationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Are-
cap.7.2.de taeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam
cōp. med. uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post
Cel.lib.2. prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem cibo-
cap.vlt. rum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem difluere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod
2.d̄ diaeta. licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare E
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quinctus.



ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demõstrauimus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculũ foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. B Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quã ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiã in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, cẽsuit Rufus Ephesius. debent quoq. huiuscemodi exercitationẽ auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur, quã sententiam nisi medicorũ auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. mo C do hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generẽtur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cũ quandam mulierem Ianũ rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierũ petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stãdo, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laboraturũ, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoq. scimus omnes, laboriosum uirũ exstitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibũ, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniã uel in sole,

[Margin notes: 6. collect. cap. 2. — Lib. de pas. renum. — Saty. 6. — Plut. in eius uita.]

sole,uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demũ D
euariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & uel ijs totis,& planis,uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, & summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat, uentrem emollit,urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & siquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices supplere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod scripsit Aristoteles)minus homine tussire, minusq. catharris uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt. E

Petrus Apponensis 5.partic. prob.1.

Qua item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si alto capite dormiat,minus a catharris se uexatum iri putant, cum potius contrarium eueniat,ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris mẽbris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur,minusq. a capite ad pectus humores defluãt. Quamuis secus iudicandum sit,ubi quis uentriculi in cõficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud Aetiũ magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori situ contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accõmodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur. Atq. hoc intelligi debet de ijs,qui multum stant: stare etenim pauco tempore exiguum quid prodesse,neque multum obesse potest. Qui porro communi illo effato,Prandia post stabis,inducti post sumptos cibos stare delectantur,ij scire debent, si mediocri quodam tempore stetur, F
descensui ciborum in uentriculi fundum id insigniter cooperari,& consequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laesionem afferre: uerũ si multo tempore ita quis permanserit,praeter molestiam, qua ob ciborum interdũ pondus,praeter lassitudinem,qua ex labore afficitur, uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia superiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat,atq. inde ulcera in cruribus,gonagras,& podagras generat, deinde thoracem,atq. spirationem uniuersam nõ parum labefactat,uti ex difficultate spirandi tũc apparẽte facile quisq. cognoscere ualet:postremo renes,atq. uesicam,& totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex simili situ ad

cas

A eas partes deferuntur, renesq. & lumbi uehementer incalescunt, debilitaturq. ut non temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renũ laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differẽtijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumq. adnexa reperietur, illius effectus cõtinuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atq. humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum destantibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in so- lib. de affe. ren.

5 sectio. prob. 34.

B le nos magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi consentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetiũ ex Antylli sententia legũtur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacẽdo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo ge-

Lib. 3. c. 3. Lib. 3. c. 6. 9. de cõpo. med. s. l. c. 4

C nio ductus Plinius maior nõ modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: Nam si antea quam corpora soli exponãtur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

Plin. nepos lib. epist 3.

Gal. d cau- sis morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter ijs, quibus calor na- D
tura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiri-
6. epid. cō. 1. ap. 10. 2. de tu. ua. cap. 12. tumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneā exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, nempe quae E supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere, qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, & currentes: pa- F riter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem ac molestiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequenter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis alijs prospectare ualeant, cuius gratia ab antiquis speculator, siue σκώψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbelle formam supercilicijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

Lib 1. ser. 3 cap. 32.

2. partic. prob. 9. lib. de causis morb.

De

A *De pugnarum effectibus.* *Cap. II.*



PVGNARVM, quae maioribus nostris ad ualetudinē inseruierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis fictis, neq. incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnā aut palum, aliae aduersus umbrā. atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus. atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat, renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in ijs qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tanquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

[Marginal notes: 6 epid cō. 1. Aphor. 6. 6. coll c. 2. — B — 1. đ tu ual. c. 8 10. & lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. — Lib. 1 chr. cap. vlt. — 6. Epid. com. 1. aph. 5. — C — 2. đ tu ual. cap. 10. 6. collec. apud Orib. cap. 29.]

& uim maiorem corporibus inferre, quam istam: quoniã, ut ab Ale- D
1. Libro. Prob. 120. xandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae; fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
Loco cita. laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam E spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Aeschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem,
2. d. tu. ual. cap. 10. quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia F post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum
" hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt cum de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusq. necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- lib 3 c.23. lib.de cōp. cap.18. lib 28.c.1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
Cap. III.



VLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert *τὸ ἀκροχειρίζεσθαι*, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- 2.de tu.ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2. de tu. ual. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib. 3. c. 3. cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
lib. 1. c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c 2. hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2. de diaeta. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib citato cap. 11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib 4. c 4. num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi
exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atq. capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
In Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet.
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2 de tu. ual. cap 9. non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
loco citato non nulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui
conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uo- Lib. 5. chr. cap. ult.

B lenti permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiā manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, siquis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cōplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, reni-

C xuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibns pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

D

De spiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IV.*

Cap. 6. ETENTIONEM spiritus speciem quandã exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quãdoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedã impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, nenon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumẽtorum

Marginal notes: 2. partic. Prob. 2. đ diaeta | 3 đ.tu.ual. cap. 2. in lib. artis med. c. 87. Li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2. | E | F | in symp. 2. partic. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerũt, quiq. expulsiones quascumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido flatus dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumẽti resolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineãt, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia hù iuscemodi spiritus cohibitione aneurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenzoar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:
C quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euersos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamẽ huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

[Marginal notes: tetrab 4. ser. 3. c. 10. / 11. partic. prob. 48. / Prob. 20. / lib. 27. c. 6. / Li. chro. 3. cap. 1. & 2. lib. 4. c. 7.]

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum retentum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 2. cap. 23.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu. Cap. V.



VOCIS multas, sed unam praecipuam exercitationē effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarūt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionē, sermonem, risum, atq. fletum. quorū omniū natura perspecta nihil rema-

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna códicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus collidítur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumētorum humiditates internae B consumuntur, quod euidentissime declarat densus vapor ex ore vociferantium prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui ad haerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur, quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au- C reliano, & Actio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis. hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάλλιόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

malo

Oribasius lib. 6. c 8. lib de tuē. san. lib. 1 c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3 d. 2 cap. 2. 6 colle. cap. 2.

Alexan. 1. prob. 87.

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem conducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namqud exercitationem a cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote nescio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instrumenta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudẽter addidit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius peragitur & interdum ἀναφώνησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur, uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praesente; quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euidentibus

Margin notes: 2. đ diaeta. — Cap. 7. — Lib. 1. chr. cap. 4. 2. de cur. chro. c 6. In lib. de p̄ceptionib. li. de instr. odor. 7. de cõp. me. f. l. c. 1. 4. de locis affe. lib. 5. epis.

Margin letters: D — E — F

A tibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & exspirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudinem, & multitudinē accreuit uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt, mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu-

1.cur. chr. cap. 2.

Partic. proble. 11. Prob. 22.

li. d tuē. ra.

B tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes-

libro 1. probl. 76.

19. partic. Prob. 1.

C sus est) tibias & sonum adiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit; refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

Loco cita.

Li. i chro. cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

In lib. de tuen. ua.

loco citato

Gal. li. 7. d cōp. med. fm loc. c. 1.

D E F



De

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.*



ECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegātissimus claram nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere
B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli-
C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedēdo legant. Sic ad phtisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiēdum, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehemētius facta lectione, quam Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post

ciborum

Lib. 1. c. 2.
li. d tu. ual.
loco citato
Epist. 97.
lib. 1. chro. cap. 1.
Li. 9. epist. penult.
Cel. lib. 2. cap. ult.
loco citato
lib. 4. c. 4.

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D
18.partic. prob.1. quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestātes minime, dum lectitāt, dormire, eo quia intellectū firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamē praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue alijs eius affectibus sermonem interdicendum fore, sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sentētiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius, ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, prout is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutarchi

[Margin notes: Oribasius lib.6. c.7. (beside "dam obtinet"); lib. 4. c. 4. 5. Meth. (beside "ctore reiectatur"); E (right margin, beside "que aut prae humore"); F (right margin, beside "requiri uoluerunt"); 6. Epid. com. 3. in lib. de loquacitate in fine. (beside "hinc sapienter Hippocrates"); lib 27. c. 6. (beside "Triennio"); loco citato (beside "cessionibus")]

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiētibus sufficere possunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autē duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum exsistit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem significat deduci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae B sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum commendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen- C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

[11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. proble. 8.]

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest [2. de repu.]

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituum effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur- [loco citato libro 1. Prob. 19.]

sum

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima petere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit Procos risu emori, (Odyss. 2.)

Ατὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, idest,
tum Proci illustres
Manus extollentes risu emoriebantur:

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. (li. 2 de paedia Cyri.) Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & contensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; (2. Tuscul.) exiguum tamen usum in tuenda bona ualetudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius caussam Soranus ephesius explicauit esse; (In Isagog. cap. 17.) tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, (Prob. 61. lib. 1.) illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, (loco citato) Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. (5. Aph. 54. 1. de tu. sa. cap 8.) qui item a fletu nonnumquam febres accēdi perspicue testatus est. quātum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere faciliter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Casio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. (In prob.) ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: (Lib. 6. cap. d cur. ocu.) ne sileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperataue, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationẽ dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla. Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com-
B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. 6. collect. cap. 16. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Oribasius loco citato Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es-
C se omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluũ citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari cõsueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectio- D nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos fouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in curatione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidẽ genus dorsum ob inclinationes cõtinuas E exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus ἐξαπιναίους ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire, qui occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequẽtior est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis tẽporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehemẽtibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniã sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis ma- F gnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriuntur; ex natura uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorsiue totius obnixio quaedã adhibeantur, indubitatam fidẽ faciunt, nequaquam absq. uiolẽtia, aut magnitudine huiuscemodi exercitationẽ consistere. & iccirco probabile fit, ipsam calorẽ natiuum augere, excrementa euacuare, somnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certum est, quando Gal. hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quantum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sententiam uenio, pilamallei exercitationẽ praecipue brachia, atq. dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mẽbra ista confirmare student, quique multitudinẽ ciborum perbelle

libro 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

In lib. de offe. ren.

5. de tu. ua. cap. 3.

confi-

A conficere, ſuccos, utiles per uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuperfluitatem, tam per ſudorē, quam per ſecretam difflationē exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa destruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quique renes calidos, urinasq. acres habēt, ex talibus motibus ſummopere offenduntur, ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui ſanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandum pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria tenere operaepretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis pro
B mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorū inemendabilia mala ſuccedere: quemadmodum ſaepenumero in propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt prandium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito delectu, nō ſua culpa, ſed exercentium in curia pernicioſas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus noſtris in exercēdis corporibus obſeruatam, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atque membrorum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicēte Galeno noſtro ma- 5. dē tu. ual.
C gnum dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionē ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod illis euitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit, Galenum uoluiſſe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in 5. dē tu. ual. alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe cap. 3. exiſtimo; quoniam debilitas ſenum emendari non poteſt, cum ex uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis eſt. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas conſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſententia recedere uideamur.

De equitationis facultatibus. Cap. IIX. D

2.d tu.ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6.



Quitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exercitationes simul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eiusdẽ sententia magnam exercitationẽ esse, aperte cõstat. Quo circa, quantũ sit ex se, poterit natiuũ calorẽ augere, & excrementorũ inanitioni opitulari. Est aũt nõ parua differentia, an equus (sic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portãdis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptũ inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quã lassitudinẽ, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, continuã equitationẽ lassitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecundos & coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sentẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ Aristoteles cõtrario plane sensu scriptũ reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescẽtia spiritu cõcipiunt, sicq. coeũdi cupiditas inducitur: siquidẽ Hipp. de placida, & nimis frequẽti loquitur, vtpote q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ succussante, sed nõ admodũ frequẽter exercetur, uerba facit, unde particula (assidue) quã latini interpretes apponũt cũ in Graeco Arist. codice nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus laboriose cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quẽ caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachũ firmat. ut non immerito scriptũ sit a Plinio, equitationẽ stomacho, & coxis utilissimã reputatã fuisse. qua itẽ ratione in singultu curando ab Aetio usurpatur, sensuũ instrumẽta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutam aluũ & fluentẽ, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exẽplo testatur Suetonius. Ceterũ thoraci maxime aduersatur, necnõ uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationẽ vitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obesse scrpsit Hippocrates, quamquã in hac re uarias auctorũ posteriorum exstare sententias reperio. Themison Methodicorum

Oribasius lib. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap 7.

E

Prob. 12. lib. d aere, aqu & loc. cap. 11. 4 Sect. probl. 12.

locis cita.

F

lib 27. c. 7.

Lib 9. c. 3. Aet. l. b. 11. cap 30 loco citato

princeps

A princeps in coxendicum dolore, ἰσχιάδος nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiā motus partium faceret uexationem: post ipsum idem cōfirmauit Theodorus Priscianus, &, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Coel. lib. 5. cap. 1.
li. 2. ad Timo. c. 21.

Libro 4. cap. ult.

B

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor.

Cic. 2. Tusc.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius Marc.

Ad haec succussationē uehementer caput offendere, collū & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquādo in hunc modū equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id. n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua nō solū interiora omnia cōcuti, uerum etiā suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unū habere iuuamen potest, ut cibis, atq. crudis humoribus cōcoquēdis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciēdae, necnon a renum (quod Auicēnae placuit) loco lapillis atq arenulis ad inferiora deducēdis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis cōmoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant cōsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantū, aut trainā uocant Itali, & de qua ita Martia.

2. đ tu. ual. cap. 11.

C

li. 4 fen. 19 tra. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapides qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus cadere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sanitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq. extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Aristot. caussam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciēs ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usque adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot osium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinē, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stomachum

Marginalia: In lib. de paruae pilae ludo. — 2. de diaeta. — lib. 5. c. ul. — Sect. prob. 13. — locis citat. — In Isagog. cap. 23. — 6. epid. com. 3. aph. 2.

Margin letters: D — E — F

A chum firmando : sensus expurgando, acuendoque, sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum viribus *Cap. IX.*



NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotandū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit : alias ab extrinseco, ut gestationes : alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestisime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώρην uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus : at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehensis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus exsistunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidisimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis, & ualetudinarijs, uerum etiā longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum com-

Margin notes: lib. 3. ca. 6. (beside "posuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus"); lib. 2. c. 15. (beside "quam horum opinionem … Cornelius Cel."); B (beside "conijcitur ex Antyllo"); C (beside "sis facultates attribuuntur"); locis. cita (beside "atq. Auic. sententiam"); loco citato (beside "quinimmo tradit Celsus").

comprobasse, quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D
eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lasitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit E
loco citato Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remisione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stomachicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in antrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati F
7. Meth. sunt, atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus.
lib. 2. cur. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco
chron. c. 7. quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

De

A *De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus. Cap. X.*



XPLICATIS ijs quae ab auctoribus de gestationũ facultatibus in uniuersum tradita fuerũt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores. s. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li.34.c.27.
B gẽtea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis. s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã quis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen lib.2.c.15. tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa- 2 đ tu.ual. nis, nisi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Vale- c.11. 5.đ tu.ual. tudinarijs, atq. senibus magis, quẽadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad expirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib.3.c.6. lib.1.c.1. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq; faciat aegrotanti, quae passionis imaginẽ ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui 5.de tu.ua. ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnõ in hemi- cap.3.

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium de inde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quãdo is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Loco citato.

Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefaciente, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a Coelio cõmendatam inuenio: quam itẽ ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimũ praesidium usurpatã fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blãdior exsistit, sic quoq. plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut F simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexander ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uentorum flatibus. pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis causis homines sani urgebantur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cõsueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu ferientur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particulari cõmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, ꝙ sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercenda corpora, sed ad obeũda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhilarandi

li.4. c. ult. loco citato

Q. Curtius

randi animi gratia: queadmodū factitasse Augustum, quando a caena se ī lecticulā lucubratoriā recipiebat, auctor est Suetonius. Quātum autē ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbētibus. Decumbētes in lectica gestantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicēna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, secundum Tralliani sententiam, apopletici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidē haec cōmotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptam efficit. prodest subinde talis gestatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborū sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadā oppressis, necnon ijs, quibus caninum in modū appetitus intentus
B est, nimirum cum intētio illa sedetur. Ceterum sedētes ij lectica, secundum Aetiū, portari debent, qui in integra febriū declinatione cōsistunt. eadē ratione, & illi, q alias exercitationes obire nequeūt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cum adhuc imbecilles sint, vires reficere cupiunt, qui tarde alimentū cōficiunt. Ex quo prudēter satis Cornelius Cel. ubi phtisici nauigare nequeunt, lectica eorū corpora dimouēda consuluit: quemadmodū Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quā scamnum uocare maluit eloquētissimus Celsus, gestatio facta, tametsi apud auctores saepenumero cū lectica cōfusa, atq. eadē inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo, quia lecti-
C ca duorū hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, vbi Neronē cum matre in lectica quandoq. uehi solitum scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, qa lectica interdū sex seruis, interdū octo, interdum plurib. gestabatur. sellā autē tamquā breuiorem, & unius dumtaxat capacē a pauciorib. gestatā, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorē differentiam tēporib. nostris sella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̄ q altera à duob. seruis ut plurimum gestatur, uniusq. dūtaxat capax est, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabātur, deliciarū potius, & maiestatis ostentandae, quam ualetudinis gratia: quamquā Pliniū ea Romae uectū, ut etiā inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. Celsus hanc scellarē, & simul lecticarē gestationē nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuscemodi gestatio, tū in sella cooperta, tum in aperta, tū sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quā

tecta

locis citat.

lib.9.c.3.

lib.2.c.15

lib.epist.3.

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora urget. ꝙ si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõsuluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remisio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis; in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis pasionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuiente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut disipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nondum quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

Lib. 2. chr. cap. ult. Oribasius loco citato.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.



QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã, vt morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt; quamquã grauis auctor Cornelius Cel. exercitationẽ hanc tantũmodo administrandã aliquãdo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cũ aeger resurgit, ipsum lecti motu cõcutiendũ praecepisse inueniatur. Verum.n. uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, ꝓ multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestatiõẽ tam ante cibũ, quã a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere non

Loco citato.

A non ita ualēt, aut Elleborū sumētes a tali gestatione utilitatē recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiūt, necnō in lethargicis, & in appetētia ciborū deiecta eandē prodesse experimētis inuentū fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā cēsuerunt, quo blāda illa agitatione spirituū perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pēsilis lecti scympodiū quoq. esse, mōstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes ī pēsili lecto probatas uiderimus, idē & de hac intelligere poterimus. Lectulo pēsili non dissimilē aliā lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumētis uoluit uni pedi lecti funiculū esse subijciendū, atq. ita lectū huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenū Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pēsiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illuc exercitationis genus existimo, qd' ab Auic. sub cunarū reuolutione descriptū fuit, atq. idē nomen usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi. n. ab ipso inter debiles exercitationes recēseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sentētia, nō sanis aut infirmis exercitādis aptū uideatur: nihilominus ijs cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde pstrati fuerūt, aut secundū Celsum alicuius mēbri resolutionē patiūtur. quin, si talis gestatio suauiter administretur, pter somni iucūditatē q̄ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguēdis cōducit, appetitū mouet, & naturā sopitā exsuscitat. Auic. i. 4. trac. 2. c. 13. ad cōpescēdum nimiū sudorē pcipit, ut aegri ponātur super illud instrumētū, quo pueri, uel iuuenes solētin aere concuti, atq. ita in aere frigido cōcuti quo quidē puto esse genus illud instrumēti, cuius facta est mētio supra li. 3. sub Oscellarū nomine. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere oēs nauigationē, q̄ ceterarū omniū lenissimā fecit Corn. Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidē nō parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniā ut plurimū ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuātur, qui aerē inficiētes nauigationē magis suspectā reddunt. ut non immerito scriptum sit ab

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato lib. 2. ad Timo. c. 2.

lib. 3. c. 12.

B

loco citato

lib. 1. fen 4 doct. 2. c. 2.

1. de tu. ua.

C

loco citato

14. partic. problem. 11. & 12. Arist. paluſtria loca incolentes ſub pallidos, ac ſomnolentiores eua- D
dere. minus noxia exſiſtit in fluminibus nauigatio, nẽpe q̃ auctore
In probl. nat. Plutarcho timoribus carens nauſeam ullo pacto non cõmoueat. ue
rũtamen tã haec, q̃ illa, quae exercetur in ſtagnis, in capite male affe
lib. 1. c. 1. cto incõgruae a Coel. Aurel. iudicantur, quod humectantes caput ter-
rena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauiga-
tio ualde praeſtãtior creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, &
calidi educuntur, qui latẽter, ac ſenſim nauigantiũ corpora reclu-
dunt, necnõ ſalſae proprietatis cauſſa excremẽta abſumunt, atq. ho
minũ habitus quadã facili mutatione reficiũt, & iccirco huiuſcemo
di exercitatio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis pro-
batur, & priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in do-
lore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi,
in icteritia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uẽtriculi intemperie E
cõmendatur. In phtiſi nãq. praeſtantiſsimũ remedium nauigationẽ
Lib. 28. c. 4. ſemper a Maioribus habitã fuiſſe, teſtatus fuit Plinius, qui hac ratio-
lib. 31. c. 6. ne phtiſicos Aegyptũ petere cõſueuiſſe refert, quo cum Annaeus
epiſt. lib. 5. cap. 61. Gallio poſt conſulatũ iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis
libertus ſanguinis reiectatione laborãs profecti eſſent, ad ſanitatẽ re
ſtituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falſo
inſcriptus in 1. de re medica lib. dicat phtiſicis magis cõferre in ſalti-
bus, ubi pix naſcitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex mariti-
mis nauigationibus leniſsimã dixit Celſus eam, quae in portu effici
tur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cũ fluuiali, & ſtagnali im-
probauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio
iucundiſsima habetur, de qua celebratũ hoc prouerbiũ narrat Plu-
1. Sympo. tar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. F
nauigatio iuxta terrã, ambulatio uero iuxta mare iucũdiſsima. haec
ex cõmuni Auicẽnae, atq. Aetij ſentẽtia praecipue prodeſt hydropi
ſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus:
atrophiae quoq. ſecundũ Coelium non paruũ auxilium praeſtat:
quamuis. n. a principio ſtomachũ ſubuertat, paullo poſt tamẽ aſſue-
lib. 37. c. 6. faciens illũ ſedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae in
ſtabili uolutatione cõmotae plurimis morbis capitis, oculorũ, pecto
ris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborũ, medẽtur. Ve
rum geſtatio in alto mari peracta reliquarũ uehemẽtiſsima exſiſtit,
& mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus
mixtos affectus habeat, & triſtitia, & ſpe, timore, atq. periculo: mo-
do gaudẽtibus, & laetis, modo in anguſtijs, & periculis uerſantibus
lib. de cau. nat. nauigãtibus, quae ſimul omnia magnã uim habẽt, ut quoq. Plutar.
cognouit,

A cognouit, ingentes uomitus cōcitandi, ac cōsequenter omnē ueterē morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationē hanc ad exſtinguēdas praedictas aegritudines efficaciorem eſſe. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita eſt, ſi quid aliud, probe corpus nutrire idonea eſt. Quae tranquillo mari peragitur in naui geſtatio non admodū (dicebat Antyllus) magnam turbationē, neq. cōcuſsionē affert: ex quo fit, ut ferme accōmodata ſit ijs, quibus etiā geſtatio in curribus conuenit: niſi quod hoc magis habet, quod in purgato aere, ubi non humidi uapores, ſed ſicci, & acres ſint, efficitur. Caeterū quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitū ciet, & iccirco quantum fieri poteſt, in omnibus fugiēda eſt, cū motus acutiſsimos, dum nauis a uēto impellitur, uehemētiſsimos, & neutiquam ceſſantes, ſicq. corpori intētiſsimos habeat. — Oribaſius lib. 6. c. 23.

B Non ſilendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam uitam ab Aretaeo ſub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. ideſt, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia ſunt nephriticis remedia.

De natationis, & piſcationis effectibus. *Cap. XII.*



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnaſtas exſtitiſſe, maximeq. omniū ab antiquis in exiſtimatione habitā fuiſſe, quod homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audendū fortiores, & animoſiores redderet, iā ſatis mōſtrauimus: ideo uires eius perquirere ſolū reſtat. Nā uarias hanc quoq. differētias habuiſſe reperio: ſiquidē aut natatio fiebat in aquis ſpōte naſcētib. aut — lib. 3. c. 14.

C in alijs: & ſi in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: ſi in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut ſtagnis: atq. hae oēs uel in calidis, uel in frigidis. Natationē in aquis ſpōte naſcētibus, quas oēs calidas eſſe, & Ariſtot. auctoritas & ratio, & experiētia demōſtrant, peractā improbauit Antyllus, tamquam impleat, eam tamē in paralyticis curādis adiumentū praeſtare, credidit Coel. Aur. ita. ſ. adminiſtratam, ut patiētibus partibus inflatae ueſicae adiungātur, quo natādi laborē minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia eſt maritima male affectis inefficacior. quamobrē uitanda plerūq. eſt: quia, ſi in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cū propter frigus, tū propter humiditatē laedētur: ex factis tamen in dulcib. aquis natationib. fluuiales minores ſanis corporib. noxas inferūt, potiſsimūq. ad inducendū ſomnū ab Horatio Flacco cōmendantur, ubi ſcribit, — 24. partic. Prob. — lib. 6. c. 27. — lib. 2. c. 1. & li. 5. c. 2.

-ter uncti — lib. 2. ſerm.

Trans

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D

perniciosissime uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum nõ sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. uerũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualécumq. aliã capiti nocere tradiderit: quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est praeterea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

E (right margin, beside "Aurel. natationes")

13. partic. Prob. 12. (left margin, beside "losophus Arist.")

F (right margin, beside "Est praeterea")

lib. 31. c. 6. (left margin, beside "nus obnoxium")

A nem praestat: exuberātes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiā ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus qua Hippoc. frigidā tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetiū ad euitandū aestum frigidam natationē commendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequēter utatur neruos laedi, & interdum surditatē contrahi, quod Agathinus apud Oribasiū cōfessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis nationibus, quae ad gymnasticam quidē medicam pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebātur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri cōsueuisse in 3. lib. probauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundū opinionē nostrā habuerunt, alterū ut motu illo blādo, B quo natātes agitātur, aqua magis corpora permearet, sicq. mēbra copiosius humectarentur: alterū ut maiore uoluptate in mouēdo sese fruerētur: quandoquidē aqua mota, & praesertim balneorū suaui illa attrectatione singularē quandam delectationē affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sententia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incumbant, pauca uerba faciam, tū quia fere sub nauigationē reducitur, ut eadē repetere nō sit opus.: tū quia a medicis prope nullis eam in usu habitā esse cōstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationē nullam calorē natiuū augere credendū est, cum & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo ruso colore existere quoniam intus frigent, extra uero quasi adurūtur: habent. n. qui in mari piscan C tur hanc praecipuam cōmoditatē, ꝙ eorū corpora ualde exiccātur, & propterea minime omniū corruptionibus subiiciūtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cōsumiturq. ut magna cū ratione scripserit Gal. piscatorū habitus duros, ac siccos esse, eorumue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forēt. Quod uero scripsit Suet. Augustū interdū hamo piscari cōsueuisse, id potius animi laxādi causa, quā ualetudinis gratia ab eo agebatur.

cap. 14. | 7. de legib. | in sophista lib. 3. c. 13. | loco citato | Sect. 38. prob. 2. | 1. de simpl. med. | 6. d comp. med. c. l. | In uita Augusti. c. 83.

De venationis conditionibus. Cap. XIII.



ENATIONIS exercitationē cōparās ludo paruae pilae Gal. illud solū inter ipsas discrimen posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dūtaxat, atq. diuitibus exer

libro 2. de paruae pilae ludo.

ceri

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsan tēpestate, atq. etiā in aliqua D uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere compertū est, quādo saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumentis rusticos, atq. pauperes uenādi exercitationē frequētare conspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mercatur, neq. paucioribus uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cū.n. Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatib. praeditā esse, q corpora uehemēter calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, q Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sentētia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatē, aut aegritudinē pertinēs F facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationē, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationē exercētes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur, modo uociferare, modo quiescere cogātur, omnib. partib. laborare uidētur, & iccirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego vero eam euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorē plusquam mediocrē obtinuit siquidē multos uidere licet

2.ā tu.ual. cap.8.

In 5.cōtin. trac 13 c. 2 Lib. de pu. epil. com. 115.

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius vtaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam violentus eas.
Saepe satisfecit praedae venator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi ꝙ, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Seneca in tragoed. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, ꝙ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut non absq. iudicio summo Cornel. Lib. 1. c. 1. Cel. dixerit, sanum hominē, & beneualentē modo nauigare, modo epist. lib. 5. uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligēter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operā nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diē non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neque tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usque adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum concoquendo mirum in modum fatigent, sicque & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.



HIERONYMI MERCVRIALIS sex artis Gymnasticę librorum elenchus, quorum primus liber continet.

LIBER SECVNDVS.

LIBER TERTIVS.

LIBER QVARTVS.

Gymnastica. V Con-

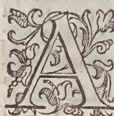
LIBER QVINTVS.

LIBER SEXTVS.



INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A



Athe

Cibus

 ius

D ropax

Exerci-

Germa

Helio-

I

In

M

N

"quot

Solon

T

Verti-

FINIS.

REGISTRVM.

✠ A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes sunt quaterniones præter ✠ & X qui sunt terniones, & D quinternionem.



VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D L X X X V I I.

